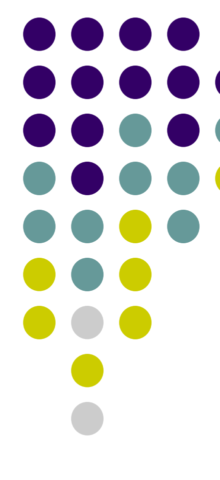


مجلة ثقافية شهرية تعنى بشؤون المرأة



الرياحين

المرأة ريحانة   حديث شريف

العدد الاول

رئيسة التحرير: تقى الموسوي

هيئة التحرير : رضية الكربلايي

زهراء الاسدي

فاطمة الحسني

هدى الموسوي

جنان البغدادي

المستشار الفني : ابتهال شعبان

Email: Al_rayahin@yahoo.com



المحتويات

حديث الرياحين
أصول الإيمان
في رحاب القرآن
مواقف نبيلة
عجائب التكوين
ممن يتكون غذاؤنا
حقيقة الروح
قصة العدد نداء الفضيلة
المشكلات الانسانية
والحل الإسلامي
فتاة الإسلام
حوارات في الجامعة
عبقات
دروس من السيرة
كيف تكسب الأصدقاء
هل تعلمين؟
سلاح المؤمن
لماذا اعتنقن الإسلام؟
بطلة كربلاء
ريحانة المجد
فقه المراة
معجزة الإرادة
رياضة السمنة
منارات
في ظلال التربية
غرائب
الإسلام والمرأة
الفيتامينات و فوائدها
دعي طفلك يتكلّم!
سوتلانا وموت استالين
الكشكول
جدول
لغة الضاد

حديث الرياحين

لماذا اعتنقن الإسلام ؟

رئيسة التحرير

كانت منذ مطلع التاريخ وإلى يومنا هذا ولا زالت هي التجسيم الحقيقي لمعنى (الظلامة)، وهي في غير تلك الومضات الخاطفة التي أضاءت حياتها عبر الفرص التي أتاحتها لها التجارب السماوية لا سيما التجربة الخاتمة التي صنعها الحبيب المصطفى، بقيت تعاشر المحنة في دياجير الأسر والاستعباد بين قسوة التفريط وعبث الافراط، فهي حين كانت قبل الإسلام (كسقط المتاع) تعوزها أدنى مقومات الشخصية الشاخصة التي تكون رقماً اجتماعياً يحسب له حساب ، صارت اليوم في الدنيا من حولنا عبارة عن (متاع ساقط) استغفلته الشعارات البراقة، فانطلقت مع عربدات الحرية، وحقوق المرأة، والمساواة، والهوس المجنون لدعاوى التحرير التي تمثلت في صيحات نبذ الفضائل، وتجاوز الخطوط الحمر للقيم والأصول، واعتبار مظاهر الحضارة الغربية هي القيمة العليا للمرأة العصرية، وجعل النموذج النسوي في مجتمع الرذيلة والعري هو النموذج الحضاري للمجتمع المدني الذي تسود فيه مبادئ الديمقراطية وحقوق الإنسان.

ولم يتح لهذه المخمورة بكأس الخديعة الكبرى أن تصحو الّا لحظات عابرة لتجد نفسها وسيلة دعائية للمبيعات، أو نزوة تافهة في ماخورة دعارة، أومتعة عابرة في مرقص، أو احبولة صيد في مهمة جاسوسية، أو حيرة لاهثة خلف بريق الموضة أو فرصة العمل كيف كانت ما دامت ترى فيها برهان المساواة، وما دامت غير مكفولة من أب أو ابن او زوج، فهي تسبح وحدها في دوامة الصراع النفسي و مهب الحياة العاصفة بعيداً عن احضان السكينة في الأجواء الأسرية الناعمة والروابط الزوجية الحالمة.

وعلى الطرف الآخر يترصد المرأة عنف ظالم يأسرها باغلال الأعراف الجاهلية، وأحكام التقاليد العشائرية، وبعض التطبيقات والاجتهادات الجائرة المحسوبة على الشريعة السمحاء، ولعل أخطر ما تنتظره المرأة من فصول الهجوم الثقافي على عراقنا الحبيب هو فصل الاستهداف المدروس بثقافة الهوليود، والكابوي، والانحطاط الخلقي، والتخريب النفسي، والسموم الفكرية المترصدة في الكمين تبحث عن غفلة البنت النقية، والزوجة الصالحة، والأم الفاضلة، فإذا وجد الغزو البارع مبتغاه في اصابة هذا الهدف الاستراتيجي استطاع أن يقصم ظهر المسيرة القيمية، ويخرج الانثى من ركب العفاف المستعصم إلى ميوعة التمرد والانفلات، ويفصلها عن حضارة الروح السامية ليرميها جسداً خاوياً على قارعة الطريق، لتصير الرقم الأصعب في بغية الانحراف، وعادية هدم الصرح الشامخ للبيت الطهور، والشارع الفضيل، والجامعة النجيبة، وما هي الا برهة وجيزة سانحة في غفلة الأمين، ويقظة الخائن، حتى يهدر البركان من تحت قواعد البنيان العامر، ليخر السقف على الجميع، وتحل الكارثة العظمى، وتصرخ الفضيلة والسلامة الاجتماعية من تحت انقاض الدمار، هل من خلاص؟، فيجيبها العدو الساخر (**لات حين مناص**).





البحث عن الله (تعالى)

١ــ يوجد في باطن كل واحد منا حب للوعي ومعرفة عالم الوجود. الحقيقة أننا جميعاً نريد أن نعرف:

هل أن هذه السماء المرتفعة بنجومها وكواكبها الجميلة... وهذه الأرض المتسعة بمناظرها الآسرة ...

وهذه الموجودات المختلفة؛ الطيور الجميلة، الأسماك المتنوعة، البحار والجبال، البراعم والورود، وأنواع الأشجار الباسقة .. وغيرها.. هل ظهرت إلى الوجود من تلقاء نفسها، أم أن هذه المشاهد العجيبة رُسمت بيد رسام ماهر، قادر؟

بغض النظر عن ذلك، فإن أول سؤال يتبادر إلى أذهاننا في الحياة هو: **من أين جئنا؟ أين نحن؟ وإلى أين نذهب؟**

نحن كم نكون سعداء لو عرفنا جواب هذه الأسئلة الثلاثة؟ **يعني أن نعرف من أين بدأت حياتنا؟، وإلى أين نذهب؟ وما هو واجبنا الآن؟**

إن أرواحنا المتطلعة تقول لنا: يجب أن لا تتكاسلوا في البحث عن أجوبة هذه الأسئلة.

أحياناً يحدث أن يصدم شخص ويغمى عليه في حادث سياقة؛ ولمعالجته ينقل إلى المستشفى، وعندما تتحسن حالته، فإن أول ما يسأل عنه من الأشخاص الذين حواليه؛ ما هذا المكان؟ ولماذا جيء به إلى هنا؟ ومتى سيغادر هذا المكان؟

إن هذا يدل على أن الإنسان لا يستطيع أن يسكت عن مثل هذه الأسئلة. وعليه فإن أول ما يدفعنا نحو البحث عن الله عز وجل ومعرفة خالق الكون والوجود هو تلك الروح العطشى المتطلعة فينا.

٢ــ إحساس الشكر: تصوّر أنك دعيت إلى ضيافة محترمة، وأنه قد أُعدّ لك كل شيء، ولكنك لا تعرف المضيف جيداً لأنك رافقت أخاك الأكبر المدعو لهذه الضيافة، ولا شك أن أول ما يتبادر إلى ذهنك لدى دخولك إلى الضيافة، أن تتعرف على المضيف وتقدم له الشكر.

ونحن أيضاً عندما ننظر إلى هذه المائدة الإلهية، ونرى أنواع النعم التي أُنعم بها علينا، العيون الباصرة، والآذان السامعة، والعقل

والذكاء الكافي، والقوى الجسمية والنفسية المختلفة، وأنواع وسائل الحياة، والأطعمة، ونرى في هذه المائدة أنواع النعم، فيخطر لنا أن نعرف واهب جميع هذه النعم، حتى ولو كان في غير حاجة لشكرنا، يجب أن نقدم إليه الشكر، ونشعر بعدم الراحة إن لم نفعل ذلك، وهذا دليل آخر يدفعنا إلى معرفة الله تبارك وتعالى.

٣ــ علاقتنا بفائدة وضرر هذه المسألة:

تصور أنك خلال سفرك تصل إلى مفترق طرق، فتجد زحاماً، ويقول لك الجميع لا تتوقف هنا، إذ يوجد خطر كبير، ولكن كل مجموعة من هؤلاء الناس يدعونك إلى الذهاب من جهة معينة، يقول أحدهم من الأفضل أن تذهب من الشرق. وآخر يذكر أن طريق الغرب هو الأكثر اطمئناناً، وثالث يدعوك إلى طريق بين هذين الطريقين، ويقول: إن هذا الطريق هو الطريق الوحيد للنجاة من الخطر والوصول سالماً آمناً إلى الهدف.

ولكن هل نسمح لأنفسنا، دون دراسة، أن نتجنب طريقاً؟

وهل يقبل عقلنا أن نتوقف هناك ولا نتجنب الطريق المشكوك ؟

بالتأكيد لا...

وإنما يقول لنا عقلنا يجب أن نسرع بالدراسة والتحقيق، ونستمع بدقة لكل واحدٍ من أولئك، ونقبل من نجد لديه الصدق والدلائل المقنعة، وننتخب الطريق الذي دلّنا عليه بكل اطمئنان.

وحالنا في الحياة الدنيا هي كذلك، فالمذاهب والمدارس، كل يدعونا نحوه، ولكن بما أن مصيرنا، سعادتنا وتعاستنا، تقدمنا وتخلفنا، يحتاج للدراسة وانتخاب أفضل الطرق، فإننا مضطرون أن ننتخب الطريق المؤدي إلى التقدم والتكامل، وأن نبتعد عن الهاوية المؤدية إلى الفساد والضياع..

وهذا دليل آخر يدعونا إلى التحقيق في خالق الكون ..

يقول القرآن الكريم: (فبشّر عبادي الذين يستمعون القول فيتبعون أحسنه).

فكّري وأجيبي:

١ــ هل فكرت في معرفة الله بغير الصورة التي ذكرها لك والداك، عن هذا الموضوع؟

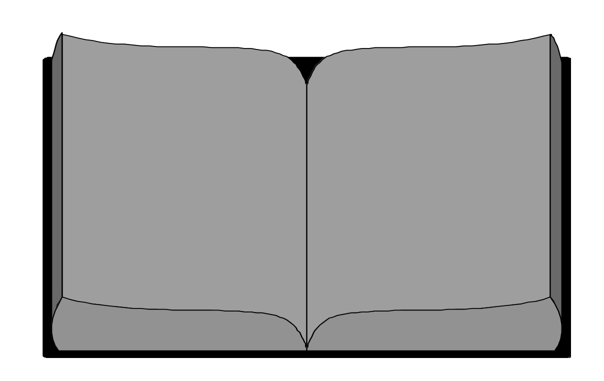
٢ــ هل تستطيعين أن تذكري ما الفرق بين (البحث عن الله) و (معرفة الله)؟

٣ــ هل شعرت أثناء الدعاء والابتهال لله تعالى بنوع من اللذة الروحية العميقة التي تجعلك تحسين بوجود الله وقربك منه؟



في رحاب القرآن

رضية الكربلايي



(ووصينا الإنسان بوالديه حملته أمه وهناً على وهن وفصاله في عامين أن اشكر لي ولوالديك إليّ المصير، وإن جاهداك على أن تشرك بي ما ليس لك به علم فلا تطعهما وصاحبهما في الدنيا معروفا).

تكررت وصية القرآن بالوالدين كثيراً، وفي هذه الآية شدد على الوصية بالأم.

وتوصية الولد بالوالدين جاءت في القرآن مكررة ولم تجيء وصية الوالدين بالولد إلاّ قليلا لسبب واضح وهو أن الفطرة الانسانية التي جبل عليها الوالدان تكفلت برعاية المولود ، فالإنسان مدفوع بفطرته إلى رعاية أبنائه وكفالتهم، فالوالدان يبذلان كل شيء لولديهما من أجسامهما واعصابهما وأعمارهما وأموالهما، ويكون كل ذلك البذل في فرح وسرور، من دون تذمر أو شكوى.

ألا ترى الأم تنصب وتعاني من أجل جنينها ثم إذا ما وضعته هرعت إليه لتحضنه وترضعه وتحنو عليه وهي سعيدة ناسية لكل آلامها وأوجاعها. ولا حاجة لأن توصى والدة بولدها لأن الغريزة قد تلزمها بذلك.

أما الولد فهو بحاجة إلى الوصية المكررة لينتبه إلى من ضحى وعانى من أجله .

(حملته أمه وهناً على وهن) أي حملته وهي في ضعف يتزايد بازدياد ثقل الحمل إلى حين الولادة. لقد ثبت علمياً أن الأنثى الحامل تمر بمراحل، وفيها تستجيب لجنينها بكل ما يؤهله لنمو متكامل. ففي هذه المرحلة تتغير فسيولوجية جسمها. بما يتوافق مع الاعباء التي يلقيها عليها جنينها. يقول الباحثون (أن العبء على قلبها يزيد بحوالي ٣٠% من كفاءته العادية. كما أن كمية الدم تزيد أيضاً بنسبة ٣٠% عن معدلاتها قبل الحمل ويتبع ذلك زيادة في التنفس وللحامل وجنينها نفاياتهما الكيميائية، وعليها أن تتخلص من نفاياتها ونفاياته. وعلى هذا على كليتي الحامل أن تقوما بعمل زائد إلى حوالي ٦٠% وهذا يستلزم دورة دموية نشطه.

وقد ثبت أن نمو الجنين يحتاج إلى طاقة زائدة ولهذه الطاقة نفايات حرارية، ولو كتمت الحرارة في الرحم لادت إلى ارتفاع لاتحمد عقباه، ولهذا تنشط الدورة الدموية بين رحم الحامل وبشرتها.

حاملة معها مزيداً من الدم المحمل بمزيد من الحرارة فينطلق بها إلى البشرة ليتخلص منها، وهناك يبرد الدم قليلاً ويعود في دورته إلى الداخل

فيحمل الحرارة ويعود بها هذا النشاط الفسيولوجي يصحبه زيادة في جسم الحامل تصل في بعض الأحيان إلى حوالي ١٢ كيلوغرام.

فالرحم يزيد بمقدار كيلوغرام، والسائل الأمنيومي الذي يحيط بالجنين نصف كيلوغرام، وللمشيمة مثله، والجنين حوالي ثلاث أو أربع كيلوات، علاوة على بعض الشحوم والدم والسوائل التي تزيد أثناء الحمل، كما يكثر في الحمل اضطراب ضغط الدم، وأغلب الأمهات يعانين من انخفاض بسيط في ضغط الدم مما يؤدي إلى الشعور (بالدوار).

وقد يحدث ارتفاع في ضغط الدم، وإذا لم يعالج قد يؤدي إلى حالات تسمم خطيرة تؤدي إلى وفاة الأم أو الجنين أو كليهما.

ولا تعاني الأم من كل هذه المصاعب الجسدية فحسب ولكن حالتها النفسية تضطرب أيما اضطراب فهي بين الخوف والرجاء ، وبين الحزن والفرح والخوف من الحمل ومصاعبه.

ثم يقول سبحانه يذكّر بنعمة أخرى وهي الاشفاق و الحنو من الأم وهي ترضع وليدها عامين تقاسي وتعاني فيهما من السهر والتعب الآلام الجمة التي لا يقدّر حجمها وعظمها إلاّ الله.

ان الآية أوصت بالوالدين عامة وذكرت الأم بالخصوص لأن المشقة التي تلحق بالأم أعظم فقد حملته في بطنها ثقيلاً ثم وضعته كرهاً أي بعناء و ألم ومشقة لذلك قال رسول الله حين سأله سائل من أبر (قال أمك ثم أمك ثم أمك ثم أباك) وفي حديث آخر أن رجلاً كان في الطواف حاملاً أمه يطوف بها فسأل النبي (ص) (هل اديت حقها؟ قال لا ولا بزفرة واحدة) نعم زفرة واحدة في حمل أو ولادة أو سهر.

ورابطة الوالدين بالوليد ــ على كل هذا الانعطاف، وكل هذه الكرامة، إنما تأتي في ترتيبها بعد وشيجة العقيدة. فبقية الوصية للانسان في علاقته بوالديه،(وإن جاهداك على أن تشرك بي ما ليس لك به علم فلا تطعهما) إلى هنا يسقط واجب الطاعة، وتعلو وشيجة العقيدة على كل وشيجة فمهما بذل الوالدان من جهد ومن جهاد ومن مغالبه ليغرياه بأن يشرك بالله ما يجهل الوهيته فهو مأمور بعدم الطاعة لهما من الله صاحب الحق الأول في الطاعة، ولكن الاختلاف في العقيدة بين الولد والوالدين، والأمر بعدم الطاعة من قبله في المعصية لا يسقط حق الوالدين في المعاملة الطيبة والصحبة الكريمة (وصاحبهما في الدنيا معروفا) أي صحبة يرتضيها الدين ويقتضيها الكرم والمروءة.

مواقف نبيلة

اعداد: ازهار الحكيم

في التاريخ مفردات انسانية باهرة كثيرة، وفي تاريخنا الاسلامي ما يثير العجب من تلك المفردات، ويكون أسوة حسنة للآخرين، وفي التاريخ المعاصر ومن غير أوساطنا كذلك، ولمن قرأ تلك المفردات الشامخة في تاريخنا فلم يتأثر ننقل إليه مثيلاتها في تاريخ الآخرين عسى أن يدرك أن النبل الانساني هو من فطرة الله التي فطر الناس عليها، وأن مصاديقه لا تنقطع مادامت الفطرة الالهية معين لا ينضب.

المفردة الأولى

عندما كان جراح العيون الدكتور (جيرالدبيو) يقضي اجازته مع زوجته في جزيرة (السلحفاة) في جنوب المحيط الهادئ ــ واجه ظاهرة ملفتة عند أهالي تلك الجزيرة وهي عدم وجود من يستخدم النظارة الطبية أو الشمسية مع وجود نور الشمس الساطع الذي أثر كثيراً في زيادة اعداد المصابين بالعمى وضعف البصر في تلك الجزيرة التابعة لفيجي، وقد هزت هذه القضية ضمير الدكتور فقرر تأسيس مطب خيري لمعالجة هذه الظاهرة، وأخذ هو وزوجته مع صديقه الدكتور (استيفن شاكن) وزوجته يباشرون العمل في هذا المطب الانساني مدة معينة في كل سنة حتى استطاعوا أن يفحصوا ٦٠٠٠ شخص، وأن يقدموا ٥٩٠٠ نظارة طبية للمحتاجين، وأن يجروا ٣٧٢ عملية جراحية، وبذلك خلصوا أهالي هذه الجزيرة من تلك المحنة القاسية.

المفردة الثانية

كان (اليور ترويت) المتقاعد الكامروني ينظر بألم من نافذة غرفته إلى شارع محلته المليئ بالأوساخ لعدم وجود عامل بلدية يتصدى للتنظيف، وكان يحزنه أن تمر السيارات في هذا الشارع ويلاحظ ركابها مدى وساخة هذه المحلة، فقرر من غيرته عليها وعلى سمعة أهلها أن يقوم يومياً وفي كل صباح بعملية التنظيف ، فيخرج بمكنسته ويجمع الأوساخ ولا يترك سوى فتات الخبز ليكون طعاماً للطيور، وبذلك أكسب المحلة رونقاً جديداً، وسجل له تاريخ المكرمات هذه المنقبة الحميدة المعبرة عن روح التضحية والايثار والذوق الرفيع .



عجائب التكوين



النمل

اعداد: هدى الموسوي

من الحشرات التي ذكرها القرآن وتكلم عن ذكائها وفطنتها ووديانها واحتراسها ممن يداهمها هي النملة.

(حتى إذا أتوا على وادي النمل قالت يا أيها النمل ادخلوا مساكنكم لا يحطمنكم سليمان وجنوده وهم لا يشعرون).

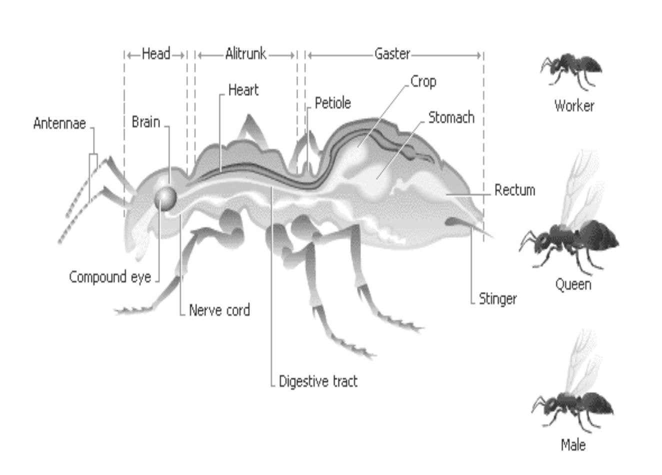
يقوم مجتمع النمل على نظام دائم منذ آلاف السنين، وإن قوانين هذا المجتمع لم تتغير وهو مملكة راقية لها من الاخصائيين والمهندسين والجراحين والمربين والحراس، والقضاة. والنملة حشرة اجتماعية موجودة في كل مكان، إذا عزلت عن جماعتها ماتت على رغم توفر الغذاء لها. تماماً كالإنسان الميال بالطبع إلى الالفة، والنملة تعلّم الإنسان درساً بليغاً في التعاون والتراحم. فإذا ما التقت نملة بأخرى جائعة زودتها بالغذاء اللازم من مكان في جسمها. ففي جهازها الهضمي جهاز ضخ تطعم به غيرها. وتصل أنواعها إلى أربعة عشر نوع أو أكثر.

يحيا النمل حياة مستقرة في مساكن محكمة، وبعضه يحيا حياة البدو الرحل ويكسب رزقه بتعبه، وبعضه يكسب رزقه بالغزو والأسر والسيطرة. وهو يعيش في ممرات ودهاليز تحت الأرض بحيث أننا لو دخلناها لما استطعنا أن نخرج منها أحياء.

والنظام المعماري السائد في بناء النمل لبيوته متنوع تنوع أجسامه وعاداته. وعمله التنقيب والادخار ولعله الشركة الأكثر تنقيباً وادخاراً في العالم.

ملكة النمل

يفوق وزن الملكة وزن النمل العامل، ومهمتها وضع البيض، ومن العجيب أنها تخزن في بطنها من السائل المنوي بعد التزاوج بعدة ذكور ثلاثة مائة مليون خلية، وتبقى تعتمد على هذه المادة لمدة اثنتي عشرة سنة، وهي أطول عمراً من بقية الأصناف، وعندما تحمل البيض تكبر حتى تعجز عن الحراك، وتقوم العاملات بخدمتها وتنظيف جوانبها، وتقوم الملكة باعطاء التوجيهات، ولها مكان أمين خاص بها، وهي على اتصال دائم بمجتمعها.



وللنمل عساكر، وأفراد هذه العساكر أو الجنود حجمها كبير، ولها رؤوس صلبة كأنها عليها خوذة، وهذا يشبه قطاع حراس الملوك، ووظيفته الحراسة ومن يتخلف يحكم عليه بالقتل. فهو يدافع عن المملكة دفاعاً مستميتاً والعجيب المحير أن للجندي منقاراً طويلاً يفرز سائلاً لزجاً يلتصق بعنق النمل العسكري العدو كالصمغ ويصيبه بشيء من الخدر مما يفقد فيه الرغبة في القتال ويجعله يستسلم.

والأناث في المملكة لها مهمات وأعمال متنوعة منها تربية الصغار والعناية بهم وتنظيفهم ووضع الغذاء لهم. والقيام بأعمال التنظيف العامة، كالبلدية، وسحب الجثث ودفنها في الأرض، وهذا يشبه عمل مكاتب الموتى، ومن مهمات العاملات جلب الغذاء من الخارج، وزرع الفطريات، وتربية حشرات خاصة يعيش النمل على رحيقها.

ويبني النمل المساكن والعمارات، ويشق الطرق، ويحفر الانفاق، ويخزن الطعام بطرق مدهشة، فهو يقوم بفلق الحب إلى قسمين حتى لا ينبت، ويقوم بقسم حبة الكزبرة إلى أربعة أقسام وذلك لعلمه أنها تنبت إذا ما قسمت إلى نصفين (سبحان الخالق).



بعض أنواع النمل يقوم بشن غارات على غيره، وأخذ الأسرى من تلك المجتمعات التي ينتصر عليها.

يقوم بعض أنواعه بالرعي (ونقصد بالرعي أن النمل يجمع بيض حشرات المن وينقلها إلى عشه، وعندما تفقس هذه البيوض يحملها النمل إلى

الخارج ويضعها على أوراق نباتية خاصة تفرز (الندوة العسلية) وهي مادة حلوة يحبها النمل وفي المساء يعود النمل بقطيعه من حشرات المن بعد أن أشبعها إلى حجراتها الخاصة ليلحس من ظهرها المادة الحلوة. وكأنه يقوم بحلبها بعد عودتها من الرعي.

وهناك وظيفة النمل الطحان ذات الافكاك القوية لطحن الحبوب في مخزن الطحن تطبيقاً لقاعدة (أعظم خيرلأكبر عدد) وحين يأتي فصل الخريف، وتكون الحبوب كلها قد طحنت يعمد النمل إلى قتل النمل الطحان كي لا يستهلك شيئاً آخر وبصفته قد أخذ نصيبه من الطعام أثناء الطحن.

ومن قدرة الله في خلقه والهامه ما ينفعه أن هذه الحشرة الصغيرة تقوم بنشر الحبوب في الشمس إذا ما أصابها البلل ثم تعود به إلى مخازنه.

يمضي النمل كل في عمله مندفعاً بما ألهمه الله وما أعطاه من القدرة والذكاء وما وهبه من أجهزة وغدد تفرز روائح كأنها أشارات المرور تعلن عن الخطر أو عن النجاة، وتدل الطريق، وترشد إلى مكان الغذاء، كل ذلك بقدرته سبحانه.

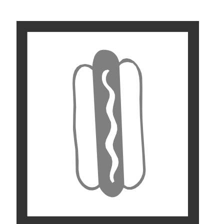
يقول الامام أمير المؤمنين (ع) وهو يستثير فينا همة التفكير والاعتبار بالنملة (أنظروا إلى النملة في صغر جثتها و لطافة هيئتها، لا تكاد تنال بلحظ البصر، ولا بمستدرك الفكر، كيف دبت على أرضها، وصبت على رزقها، تنقل الحبة إلى جحرها، وتعدها في مستقرها، تجمع من حرها لبردها، وفي وردها لصدرها، مكفولة برزقها، مرزوقة بوفقها، لا يغفلها المنان، ولا يحرمها الديان، ولو فكرت في مجاري أكلها، وفي علوها وسفلها، وما الجوف من شراسيف بطنها، وما في الرأس من عينها وأذنها لقضيت من خلقها عجبا، ولقيت من وصفها تعبا).



ذكاء النمل

يقرر علماء الحشرات بعد المشاهدات العلمية أن النمل يتميز بذكاء خارق، والذي يدلل على ذلك هو قيام النمل بعملية فلق الحبوب قبل تخزينها في مخازن حتى لا تنبت، والحبوب التي لا يستطيع فلقها فإنه يعمد إلى نشرها في الشمس بصفة دورية ومنظمة حتى لا يصيبها البلل أو الرطوبة فتنبت.

وموضوع الذكاء هو ما أثبته علم التشريح لهذه الحشرة وبالاستعانة بأجهزة الفحص الالكتروني واستخدام الأشعة المختلفة وجد أنها تمتاز بوجود مخ عجيب يؤكد ذكاءً رهيباً رغم صغره إذ يقل عن المليمتر فلا يرى إلاّ تحت المجهر، ويتكون من فصين رئيسيين كمخ الإنسان، ومن مراكز عصبية وخلايا احساسية كما في الإنسان كذلك. وقبل أن يخبرنا الفحص الالكتروني أخبرنا القرآن عن ذكاء هذه النملة العجيبة. كما في قصتها مع سليمان، وأخبرنا أنها أمة مثلنا لها قوانينها ونظمها (وما من دابة في الأرض ولا طائر يطير بجناحيه إلاّ أمم أمثالكم).





ممن يتكون غذاؤنا؟

فاطمة الحسني

يتكون غذاؤنا من اللحوم ومنتجات الألبان والخضار والحبوب، وتحتوي هذه المأكولات على كميات كبيرة من البروتينات والدهنيات والكربوهيدرات والاملاح المعدنية والالياف، أما الأغذية التي تحتوي على البروتينات فهي اللحوم والأسماك والحليب والبيض، وفي مجموعة قليلة من النباتات مثل الفاصوليا والحبوب والبقول.

وتتكون البروتينات من جزيئات كبيرة بحيث يصعب عليها المرور من الأمعاء إلى الجسم، وفي أثناء عملية الهضم تتحلل إلى جزئيات صغيرة جداً تسمى الحوامض الامينية، ويتم امتصاص الحوامض الامينية جيداً في الأمعاء فلا تتلاحم وتتحول ثانية إلى بروتينات، وتكون البروتينات خمس وزن الإنسان، وكلها مصدرها الغذاء، أما أهمية البروتين للجسم فهي تشكل المادة الاساسية في بناء الجسم وتكوّن معظم عضلاته.

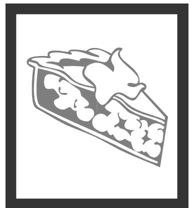
العنصر الثاني: هو الدهنيات، وهي موجودة في اللحوم والحليب، وهناك نباتات تحتوي على هذا العنصر، وتشكل الدهنيات مصدر طاقة الجسم، وتتواجد بكميات صغيرة في كل خلية من خلايا من الجسم، وهي تلعب دوراً حيوياً في كيمياء الخلية. والدهنيات علاوة على ذلك تشكل مخزناً للطاقة وتتراكم في أجزاء معينة من الجسم. ويمكن، للدهن المخزون أن يتحلل وينتج طاقة.

العنصر الثالث: هو الكاربوهيدرات، وهي مصدر الطاقة الأساسي للجسم، وهي تحتوي على أنواع مختلفة من النشا والسكر ومأكولات أخرى مثل البطاطا والخبز، وأن الحبوب والفواكه والسكر تشكل مصدراً للكاربوهيدرات، وتتحلل الكاربوهيدرات بسرعة كبيرة، وهي تخزن في الكبد وفي أنسجة أخرى، ولكن عندما نبذل جهوداً خاصة فإنها تنفذ بسرعة، وعند نفاذها يلجأ الجسم إلى استخدام الدهنيات التي تحتاج لمزيد من الوقت للتحلل.

العنصر الرابع: الاملاح المعدنية وهي العنصر الأخير في الغذاء وهو مطلوب لعملية النمو، ويفقد الإنسان الكثير من هذه الاملاح مع البول .

إن قسماً كبيراً من الغذاء يتكون من ألياف التي تتكون من السيللوز، والسيللوز مادة لا تهضم، ويلفظها الجسم على شكل نفاية (البراز)، وفائدة هذه الألياف هي زيادة حجم البراز ومساعدته على المرور بسهولة في القسم السفلي من الامعاء (القولون).

ويحتاج الجسم إلى مواد اضافية تدعى الفيتامينات، ويبلغ عددها أربعين نوعاً، ولا يحتاج الجسم إلى كل هذه الفيتامينات بل يحتاج إلى ١٢ منها على امتداد عمره.



حقيقة الروح

كافة العلماء متفقون على أن الروح محدثة مخلوقة موضوعة مربوبة، وهي من جنس ما استأثر الله سبحانه وتعالى بعلمه من الأشياء التي لم يعلم بها عباده إطلاقاً...

وقد قيل في الروح تعاريف عديدة، إلاّ إن بعضها ليس أولى من بعض، منهم من قال: إن الروح جسم وأنها غير الحياة. ومنهم من قال: إن الروح ليست سوى اعتدال الطبائع الأربعة وهي: الحرارة، البرودة، الرطوبة، اليبوسة.

ومنهم من قال: ان الروح اللطيف يتولد في الجانب الأيسر من القلب، وينفذ في الشرايين إلى سائر الأعضاء.. ومنهم من قال: ان الروح جسم يصعد من القلب إلى الدماغ ويتكيف بالكيفية الصالحة لقبول قوة الحفظ والفكر. ومنهم من قال: إن الروح جسم نوراني علوي خفيف متحرك حي، ينفذ في جوهر الأعضاء ويسري فيها سريان الماء في الوريد، وسريان الدهن في الزيتون، وسريان النار في الفحم. فمادامت الأعضاء صالحة لقبول الآثار الفائضة عليها من هذا الجسم اللطيف، بقي الجسم اللطيف مشابكاً لهذه الأعضاء، وقد أفادها هذه الآثار من الحس والحركة الإرادية، وإذا فسدت هذه الأعضاء بسبب استيلاء الاخلاط الغليظة عليها وخرجت عن قبول تلك الآثار، فارق الروح البدن، وانفصل إلى عالم الأرواح، وقيل : إن هذا القول يعتبر أصح الأقوال وأصوبها في هذه المسألة، ومنهم من قال: أما الروح فيطلق عليه معنيان: الأول: هو جسم لطيف منبعه تجويف القلب الجسماني حيث ينتشر بواسطة العروق إلى سائر أجزاء البدن ليفيض بأنواره على كافة أعضاء الجسم كالسراج في البيت يدور على كافة زواياه ليعبر أرجاءه جميعها، والثاني: هو اللطيفة العالمة المدركة في الإنسان، وهو الذي أراده الله سبحانه وتعالى بقوله: "قل الروح من أمر ربي"..

إذن.. الروح شيء عظيم وهو دون شك من عالم الأمر، عالم الملكوت، لا من عالم الملك والشهادة كي ندركه، إذ هو شيء غيبي، موجود مفقود، وهو فائق للغاية في القدرة على تعريفه، وهو فوق طاقات البشر ، حير العقول وأعجزها عن إدراكه وإدراك ماهيته وكنهه، "قل الروح من أمر ربي".

قصة العدد



نداء الفضيلة

وفاء الحكيم

ها هي الساعة الحادية عشرة. الليل ساكن، والسماء صاحية، قد انعقد في جيدها عقد ماسي منظوم من الكواكب والنجوم، كأنها راحت تهش باسمة لهذه المسكينة التي تحس لما في نفسها كأن الدنيا حولها تصرخ وتندب، وها هي بيدها حافة المهد تأخذها وترسلها علها تعود على صبيها بالنعاس فترقد إلى جانبه مسلمة أمرها إلى الله، متكلة عليه، راضية بقضائه، وكان لعينيه الوادعتين أن ينسل إليهما الوسن من صوتها الدافئ الحنون، فقامت لتهوّم على ساعدها، فتهدأ أفكارها التي طالما سهرت معها: كان هذا هو دأب زوجها معها لا يعود حتى يذهب عنه آخر سلطان اليقظة، وحتى يثمل آخر حس من أحاسيسه بين رفاقه المنحرفين في مواطن الرذيلة، ولطالما ظلت تنتظره مساهرة لا تغمض عينها، ولا تحن على ما بها لنوم، وطالما تتأوه وتخرجها زفرة لاهبة تحس أن قلبها دوّى له وجيب على أثرها، فتفرك عينيها كأنها تطرد عنهما مرأى هذه التباريح المستعرة التي تثير لواعج الأفكار.

وانسابت إليها أطياف من ضوء النجوم من النافذة المطلة، فانشغلت بها حيناً، ريثما تعود عليها هواجسها المرة بفكرة ثقيلة أخشن وأغلظ مما سلف منها، ورنت ببصرها إلى فلذات كبدها الذين رقدوا في الغرفة المجاورة فرقت لحالهم. الم يكن من الخير أن يكون هذا الأب في هذا الزمن الذي يقضيه مع الخمرة ورفاق السوء جالساً بين أولاده يسوس قلوبهم بالرفق والرحمة، ويغذي نفوسهم بتعاليم وحكايات الأب المعافى السليم ليتزودوا منها زاد البصيرة والاستقامة لمسيرة الحياة حين يرشدون؟

وراحت بها الخواطر تتجاذبها حتى ساقت خيالها إلى صاحبتها نعمى فراحت تردد في نفسها، تلك هي صاحبتي نعمى ما أعظم حظها، لقد عشنا في مرحلة من العمر واحدة، ودأبنا في الحياة معاً على سبيل واحدة، فذهبت هي إلى زوج صالح قر عليه رأيها ورأي أهلها فهي اليوم تنعم بدفء رعايته، تتنسم معه أذكى عبير الحياة الهانئة الرغيدة، فكأنها في ظله زهرة فواحة أحاط بها سور حصين يصد عنها الشرور، ويرد عنها العاديات، ولئن كبرت فسيجود عليها غرسها الكريم الذي انشأته هي و حاميها أحسن الانشاء بما يصرف عنها

سلطان الكبر والشيخوخة، أما أنا فمجدبة الساحة، خاوية الوفاض، في فلاة نائية، وصحراء موحشة. فهل يعود المكان المجدب بنبع صافٍ؟

وهل يطلع من وجه القحط ربيع الهناء؟

ودوختها هذه الأفكار، فبدا لها سلطان الوسن فدعاها إليه، فغفت عيناها لتستيقظ بعد حين على صوت محموم ونداء كأنه ينبعث من فم الشيطان. وقامت مذعورة تدب في أحشائها دماؤها كأن لها وخز العوسج، فرنت بطرفها الوسنان إلى مصدر الصوت والحركة وارهفت سمعها بعدما جمعت بنات فكرها فعرفت من يكون، إنه زوجها عاد أخيراً ثملاً قد أخذ منه السكر مأخذه، فلا هو إلى غيبة عن الرشد هنيئة، ولا هو إلى يقظة يعرف فيها أين حط به داعي الهوى المتخبط الذي أشقى حياته وسعرها.

قامت مسرعة لتأخذ بيده لكنه ابتدرها بصوته المزمجر السليط:

ــ تنامين يا أم صفاء وأنا خارج المنزل، لقد نسيتني إذن! كيف تغفو عيناك وأنا خارج البيت ؟

سمعت كلامه فلم تجبه، وإن أجابت فهي تدري أنه لا يعي ما تجيب به، قادته إلى الغرفة كما يقاد المكفوف وهي تمسح عن ظهره التراب الذي علق به من سقوطه على الأرض ونطاحه مع الجدران، وأجلسته على فراشه وانتشرت على وجنتيها دموع حرى وهي تخلع حذاءه الذي غمرته الأوحال مرددة. يا حسرة على رجولتك الضائعة، كيف النجاة لحبيسة بين أطواقك ولها منك أربعة يعز عليها أن تنجو بنفسها لتتركهم بين يديك يأخذهم لجك العاصف الهادر إلى أعماقه فيبتلعهم كما ابتلعك؟ كيف لها أن تضع عنها ثوب الحنان الذي ألبستها إياه الأمومة إلاّ كما يضع المحتضر ثوب الحياة؟

ماذا ضرها لو تخلصت منه قبل أن تطوقها شراك الأمومة؟

ونظرت إليه وإلى سحنته التي غادرها شروقها يوم تزوجا. لقد كانت صافية زاهية في أيام ناعمة سعيدة لم يطل بها العمر حتى صحب شيطاناً مضلاً وصديقاً غاوياً طرقه بقارعة الوبال، وأصابه بنصل قاتل خرق منه اللحم والعظم، لقد أخذه وراح يدور به في مفازاته، ويقطع به صحاريه، يدنيه مرة، ويبعده أخرى، ويسهل له الوعث، ويقرب له البعيد، حتى ألانه كما تلين النار الحديد.

المشكلات الانسانية والحل الإسلامي

تقى الموسوي

لكي تتجلى الحقيقة في هذا الموضوع بصورة واضحة لابد من الحديث في محورين:

المحور الأول: المشكلات البشرية حقيقتها وأسبابها.

المحور الثاني: العلاج الاسلامي لهذه المشكلات.

يمكن تقسيم المشاكل الأساسية التي يعاني منها الناس على النحو الآتي:

أولاً: المشكلة الدينية:

وتتمثل حقيقتها في عدم اعتناق المبدأ الذي يجب اعتناقه والذي ينتج عنه معرفة الحقيقة الالهية كما ينبغي، وحب تلك الحقيقة، والذوبان فيها، والتوجه المطلق إليها، والاعتماد الكامل عليها، والاحساس التام بالأنس والأمن والسكينة بذكرها والانشداد إليها.

وقد نشأت هذه المشكلة من عدم التوجه لاعتناق الرسالة الخاتمة والشريعة المحمدية التي أكملت بها الشرائع السماوية، والتي حفظها الله من التزوير والتغيير والتحريف (إنا نحن نزلنا الذكر وإنا له لحافظون).

ونشأت كذلك من عدم وجود دين سماوي غير الإسلام سلم من التغيير فكل ماهو موجود اسماء لأديان جاء بها الأنبياء ثم عفا على صفائها الدهر بعد أن لعب بها الاحبار والرهبان ومن نصبوا أنفسهم حملة لتلك الشرائع، وورثة لمن جاءوا بها فغيروها بأهوائهم، وبدلوها برغباتهم حتى لم يبق منها إلاّ الشيء النادر اليسير جداً والذي لا يعالج أي شيء من أساسيات مشاكل الفطرة الانسانية، ولا المجتمع الانساني فهو عبارة عن طقوس خاوية فارغة، قد أفعمت حالها حال الضلالات الأخرى الموجودة بين كثير من الناس في الهند وغيرها بالشرك وعبادة غير الله أو عبادة أحد معه سبحانه وتعالى. هذا إضافة إلى عدم وجود التوجيه الواضح الجلي المؤثر للبشر إلى حقيقة مسؤوليتهم أمام المعاد والحساب، وموقف الجزاء يوم القيامة، وعاقبة المسيئين والمحسنين، وطبيعة المجازاة لكلا الصنفين بالصورة التي تقربها من الارتسام في أذهان الناس بالحالة المجدية في التأثير، وهذه أمور لها أكبر الدور في ضبط الوضع السلوكي للأفراد كما هو واضح.

أما بالنسبة لأولئك الذين لا يؤمنون بالغيب اطلاقاً فالمشكلة أكثر وضوحاً، فلا سكينة الروح بالإيمان بالحقيقة الالهية ودورها في الوجود والتعلق بها ذلك التعلق الذي يزيح عن الكاهل أثقال الوحشة والسأم القاتل والاحساس بالعبثية واللامسؤولية في الوجود والتيه في عوالم الفراغ الخانق.

ولا تلك القيود الأخلاقية والضوابط السلوكية التي دعت إليها السماء وأفاضت عليها من خلال الوعد والوعيد (الثواب والعقاب) قدسية يمتلأ بها قلب المؤمن ليستجيب على أثر ذلك الجسد بالأقدام أو الأحجام.

إن هذه المشكلة الأساسية والأهم في مشكلات البشر عالجها الإسلام بالطرق التالية:

١ـــ دعا إلى اعتناق العقيدة الصحيحة بعد التفكير والتدبر ليكون الإيمان إيمان العقل والقناعة لا إيمان الاكراه والتقليد (لا إكراه في الدين قد تبين الرشد من الغي) ولذلك رفض إيمان المتابعة العمياء (إنا وجدنا آباءنا على أمة وإنا على آثارهم مقتدون).

٢ـــ بيّن الإسلام إن الرسالة المحمدية هي الرسالة الخاتمة والخالدة والتي نسخت كل الرسالات السابقة، وقد جاءت بالتشريع الكامل والنظام التام الذي يكفل حل كل مشكلات البشر الروحية والسلوكية.

٣ـــ أكد على مسألة الإيمان بالغيب واعتبرها أول وأهم مصاديق الإيمان الحقيقي، ومسألة الإيمان بالغيب تعني كل ما بينه ا لقرآن وتحدث عنه مما هو في العوالم الخارجة عن حدود إدراك الإنسان بالحقيقة الالهية وصفاتها، والحساب والثواب والعقاب وغير ذلك من مبادئ الخط الإيماني القويم، وهذه المسألة لها أعظم الدور في تربية الإنسان على الاستقامة والانضباط بالقيم والضوابط التي جاء بها الإسلام، وحددها أروع تحديد، ورسم بها أروع منهج خلقي عرفته الحياة البشرية على الاطلاق.

٤ـــ تحدث عن الحقيقة الالهية وعن سفرائها إلى البشر (الأنبياء) وعن عالم الموت وعالم الآخرة والمعاد، وعن الثواب والعقاب على الأعمال والسلوك، وعن كل الحقائق الاعتقادية التي لابد للبشر أن تمتلأ بها قلوبهم، بأروع اسلوب لا يتجافى عن المنطق الصحيح ولا يتنافى والذوق الوجداني الصافي ولا يتصادم مع العقل السليم، بلا تعقيد ولا أوهام وخرافات ولا أساطير تنفر منها النفس الانسانية ويمجها التفكير السوي.

٥ـــ أكد الإسلام على مبدأ التوحيد الذي يعني عبادة الله وحده لا شريك له، والركوع له وحده تعالى دون الركوع لأي قدرة غيره، وهذا يخلق شخصية موحدة عزيزة بعز الله، حرة بأعلى أنواع التحرر والانعتاق بعبوديتها لله دون سواه، وحين يتحرر الانسان من العبودية يكون قد تخلص من أهم المشاكل المزعجة في حياته في العبودية لما عدا الباري تعالى بدءً بالأوثان والحجارة، وانتهاءً بالأوهام والشهوات وما بين ذلك من العبودية للأشخاص مهما كانوا سلاطين وطواغيت أو رهباناً و أحباراً أو ذوي نفوذ وجاه. أو أصحاب ثروة، وبهذا التوحيد الأسلامي الخالص تتمحض الحياة الشخصية للإنسان عزة فريدة، وتعالياً على الخنوع والخضوع، وحرية مثالية ليس لها نظير.

ما أسعد الإنسان الذي يحس الانسان أنه يرتبط بالسماء عن طريق دين عظيم، أفكاره سامية، وتعليماته وأحكامه منسجمة مع واقع الفطرة والذوق الانسانيين، ويتجاوب مع الحاجات البشرية أصدق التجاوب، وينظم حياته وسلوكه بالنظام الرفيع الذي يطهر نفسه وقلبه وبدنه، ويفتح أمامه آفاق الدنيا والآخرة في اطار خلقي رائع. (للحديث صلة).

التتمة في الحلقة القادمة



فتاة الإسلام

أنا الإسلام أدبني وبالقرآن كرّمني
فعشت العمر هانئة بعيداً عن لظى الفتن
باسلامي سمت روحي وصنت بشرعه بدني
كتاب الله لي نور بأصفى الحب يغمرني
فينسيني هوى الدنيا وللجنات يحملني
بربي علقت عيني فارقبه ويرقبني
إذا الأهواء نادتني حيائي منه يمنعني
أُجلّ النفس أن تصبو لأمر لا يشرفني
أليس الله أوجدني لأبني قادة الزمن؟

حوارات في الجامعة

إيمان البصري

قالت سعاد لزميلتها آمنة بدعابة وانبساط:

ـ أنا لا أقول عنك رجعية لعباءتك هذه ولكني أقول أنك مثقفة جامعية في القرن الحادي والعشرين في دنيا العلم والعولمة والانفتاح والصعود الحضاري، وإذا لم تمثل هذه العباءة السوداء ظلام القرون الوسطى، فإنها تمثل سحابة قاتمة في نور الحضارة المعاصرة.

وترد آمنة وهي تبتسم لمحدثتها بسمة عريضة:

ـ إذا كانت عباءتي تعيدني إلى القرون الوسطى فإن سفورك يعيدك إليها وإلى ما قبلها لأنه قديم أيضاً فهو إذن أعمق رجعية، ولا أدري هل كان هذا السفور في تلك العصور من محاسنها أو مساوئها؟ ولا أعرف الربط بين العلم والعولمة والتطور وبين لبس الحجاب، وهو لم يوضع في المختبرات لتكتشف أضراره وجراثيمه، ولم تقم البحوث الاجتماعية والنفسية بتقديم الدليل على مساوئه إن لم يكن العكس هو الواقع فعلاً، وإذا كانت الحضارة المعاصرة نوراً فليس نورها بالطاقة والمصابيح التي اكتشفتها بل بوسائل الرقي والراحة التي امدت بها الناس لتعينهم على مكابدات الحياة وصعابها، فالقضية ترجع إلى السعادة النفسية، وهي إذا توفرت بالحجاب لمثلي فمرحباً بالحضارة التي توفرها لي وتشجعني عليها، وإذا عدنا بالمسألة إلى أساسها الأول وهو الدين فإن العلم والنظم السديدة اليوم لا تحاربه بل هي تستعين به، وتجد فيه أفضل سند لها في تحقيق السلام الاجتماعي، والرفاهية، والأمان النفسي، وطمأنينة القلب، وهي الأمور المفقودة في هذا العصر، وكل وسائل التطور في كل الأصعدة تبحث عنها ولا تجدها. ثم إذا كانت الجامعة والثقافة من أنوار العصر فلا أظن أنك تنكرين أنني معك في هذين المسارين، وأرجو أن لا تجعليه من باب التباهي أن أقول أن درجاتي أعلى من درجاتك في الامتحانات.

سعاد: ما الذي اضافته لك هذه العباءة، وما الذي انقصني هذا السفور؟

آمنة: ما دامت تشعرني براحة الضمير مع ربي وديني فهي تقدم لي أروع لذة يمكن تصورها، وإذا كان سفورك يشعرك ولو بشيء قليل من عذاب الوجدان فهو يسلبك الأمان الداخلي ولو بدرجة ضعيفة .

سعاد: أنا لا أشعر بأي عذاب داخلي مادام سفوري لم يدخلني في موارد تسبب العذاب الحقيقي للنفس والوجدان، ومادام حجاب الارادة الخيرة موجوداً فهو المطلوب، وكلنا نعلم أن في أمهات العباءة من هن أسوء من السافرات، لأنهن لم يتحجبن بحجاب الإرادة الخيرة، ولم تمنعهن العباءة من السقوط، وقد جعلن منها حجاباً للرذيلة، وجسراً إليها لا حجاباً عنها، وحاجزاً دونها.

آمنة: أرجو أن تكوني دقيقة في التعبير عن عدم وجود أي قلق في نفسك من السفور، وأنا لا أكذبك اطلاقاً في امتلاكك للارادة

الخيرة، وأنك تتمتعين بحجاب هذه الارادة وهو الحجاب الحقيقي، ولو كانت المسألة في حدود الفرض الشرعي للحجاب فقط بدون النظر إلى تبعاته التي منها اغراء الآخرين واغواؤهم، وجعلك في معرض الأذى في يوم من الأيام لكان ذلك مبرراً للالتزام به بغض النظر عن مفاسد التخلي عنه، ولعلك قرأت الدراسات أو سمعت الصيحات التي انطلقت هنا وهناك حتى في عقر دار السفور، وهي تندد به وباضراره، وتدعو إلى الحد من مخاطرة وآثاره المدمرة بتهذيبه وترشيده على الأقل، وأنا معك في أن العباءة لا تعصم من الفساد، وليست دليلاً دائماً على النجابة، وليس كل سافرة ساقطة، وفي كلا الفريقين صالحة وطالحة، ولكن الفرق بينهما هو أن المحجبات يتقيدن بأمر فرضه الشرع وهن به أقرب إلى السلامة لو أعانه حجاب الضمير، أما السافرات فانهن لم يلتزمن بفريضة شرعية، وهن أقرب بالتخلي عنها إلى المخاطر التي أيسرها هاجس الاحساس بالبعد عن الله بترك حكم من أحكامه و إذا استمر هذا الشعور النفسي

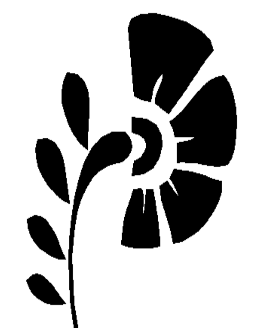
وهنا ينادي أحد الطلاب سعاد فتتوجه إليه مستأذنة صديقتها آمنة، وهي تعدها أن تعود لإكمال الحوار.

البغيض فإنه يؤدي إلى الحالة العصابية، ومرارة القلق، اضافة إلى كونه باب معصية يهوّن بالتدريج ترك كل الفرائض والاحكام، فما دامت السافرة ترى أنها قد تخلت عن الأمر الأساسي في المطلوبات الشرعية منها فإن عزيمتها لالتزام الباقي ستصاب بالانهيار التدريجي إلى حد الترك المطلق. وأنا معك ان في المحجبات من ليست على الطريق الصحيح، ولكن قبح الفعال لدى هذه أو تلك منهن لا يعني الغاء هذه الفريضة، فما ذنبها إذا لم يحسن المكلفون سلوكهم، كما أن سوء التصرفات عند الكثير من السافرات لا يعني لديك أن نلغي السفور، ونتحول إلى الحجاب، فلايعاب المبدأ الصالح بأعمال معتنقية إذن لالغينا كل مبدأ في هذه المعمورة وكل فكرة صالحة حتى فكرة الإيمان بالله مادام في الذين يعتقدون بها أشرار مفسدون، وهكذا فكرة الالحاد أيضاً، فإن أهلها لا يطالبون بالتحول عنها للممارسات الفاسدة عند البعض أو الكثير من أهلها.

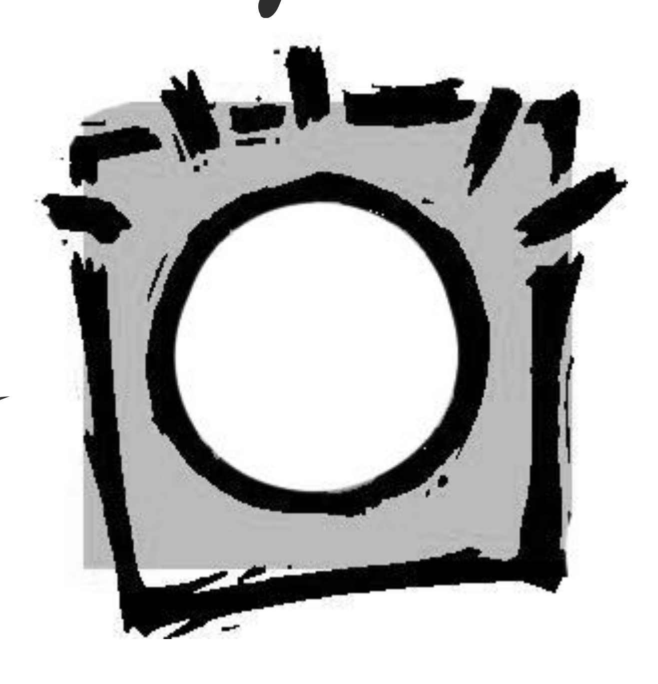
عبقات

كتب رجل إلى أبي ذر:

يا أباذر أطرفني بشيء من العلم، فكتب إليه: (إن العلم كثير ولكن إن قدرت أن لا تسيء إلى من تحبه فافعل) فقال له الرجل: وهل رأيت أحداً يسيء إلى من يحبه؟ فقال: (نعم نفسك أحب الأنفس إليك فإذا أنت عصيت الله فقد أسأت إليها).



حكي عن رابعة العدوية أنها جاءها جماعة من العبّاد فذكروا الدنيا فجعلوا يذمونها، وهي ساكتة، فلما أكثروا أقبلت عليهم فقالت: كلّكم يحب الدنيا، ومن أحب شيئاً أكثر من ذكره، أما رأيتم الرجل العاقل يجيء إلى الجماعة يحدثهم بكلام ابنه الصغير اعجاباً به.



دروس من السيرة

جنان البغداي

إلى كل من يسيئون إلى زوجاتهم بالضرب وبالكلمة النابية.

إلى كل من يشعرون أن المرأة ناقصة القدر عند الله.

إلى كل من يبادرون إلى الخيرات ويكتسبون الحسنات يبتغون القرب ورفيع الدرجات في جواره، ولكنهم يفرطون مع نسائهم بالأذى والسوء، ويوجعون مشاعرهن بسياط القسوة.

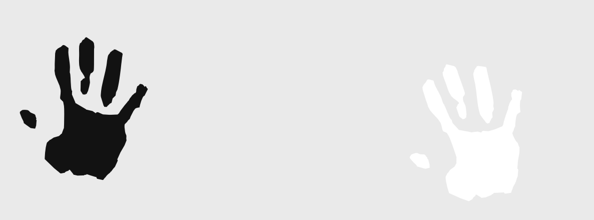
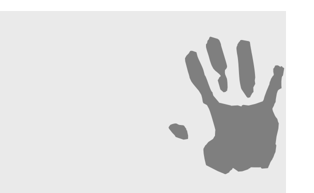
إلى كل هؤلاء وإلى الأوفياء النجباء المحسنين، نقدم هذا الدرس البليغ المعبر أروع تعبير عن حقيقة المطلوب في الشريعة من لون العلاقة بين الزوج والزوجة.

روى الصدوق وغيره **عن الإمام الصادق** (ع) قال(أُتي رسول الله (ص) فقيل له أن سعد بن معاذ قد مات ، فقام رسول الله وقام أصحابه معه فأمر بغسل سعد وهو قائم على عضادة الباب فلما أن حنط و كفن وحمل على سريره تبعه رسول الله (ص) بلا حذاء ولا رداء ثم كان يأخذ يمنة السرير مرة ويسرة السرير مرة حتى انتهى به إلى القبر فترل رسول الله حتى لحده وسوّى اللبن عليه وجعل يقول ناولوني حجرا ناولوني تراباً رطبا يسد به ما بين اللبن فلما أن فرغ وحثا التراب عليه وسوى قبره قال رسول الله إني لأعلم أنه سيبلى ويصل البلى إليه ولكن الله يحب عبداً إذا عمل عملاً أحكمه فلما أن سوى الترب عليه قالت أم سعد(يا سعد هنيئاً لك الجنة) فقال رسول الله (يا أم سعد مه لا تجزمي على ربك فإن سعدا قد أصابته ضمة) فرجع رسول الله ورجع الناس فقالوا له يا رسول الله لقد رأيناك صنعت على سعد ما لم تصنعه على أحد أنك تبعت جنازته بلا رداء ولا حذاء فقال (ص) إن الملائكة كانت بلا رداء ولا حذاء فتأسيت بها، قالوا وكنت تأخذ يمنة السرير مرة ويسرة السرير أخرى قال كانت يدي في يد جبرائيل آخذ حيث يأخذ قالوا أمرت بغسله وصليت على جنازته و لحدته في

قبره ثم قلت إن سعداً قد أصابته ضمة فقال (ص) نعم إنه كان في خلقه مع أهله ـــ زوجته ـــ سوء).

تعليق: أليس ملفتاً للنظر حقاً أن نرى أن كل الأوسمة والنياشين التي وضعها الرسول (ص) على صدر سعد من بداية رحلة وفاته إلى حضور جنازته والمشاركة حافياً في تشييعه والتعريف بحضور الملائكة في موكب التشييع الحافل لم تنفع الدفين الذي كان بمثابة الشهيد لأنه مات بمضاعفات جرحه في معركة أحد لم تنفعه في الحصول على النجاة من هول البرزخ وضغطة الأرض فيه، وكان المانع من ذلك هو امرأة اضطهدها سعد (وهي زوجته) بلون من الاضطهاد اسمه (سوء الخلق)، وقد أبى الله أن يضيع حقها وظلامتها فاقتص لها حتى من مثل ذلك الرجل العظيم في جهاده ونصرته للاسلام ورسوله، فقد كان من النقباء الانصار الذين بايعوا الرسول في العقبة قبل هجرته، وعاهدوه على النصرة والتأييد والحماية من كيد قريش وشرها، وقد صدقوا ما عاهدوا الله عليه، وكان سعد من قرابين دفاعه عن الرسول ورسالته وقد تخلى عن من كانوا في جواره من يهود المدينة (بني قريظة) بعد خيانتهم للاسلام وتحالفهم مع قريش في معركة الخندق، وقد قبل الرسول بعد هزيمة المشركين وأحلافهم أن يحكم سعد في أصدقائه القدامى، واعتبر حكمه فيهم هو حكم الله في عرشه فوق سماواته. نعم كل هذا لم يشفع لسعد في الخلاص من عقوبة إيذائه لزوجته، فكيف برجال اليوم الذين يؤذون نساءهم وليس فيهم أحد مثل سعد في جهاده.

والملفت للنظر حقاً هو واقعية الرسول المصطفى وحياديته في نقل الواقع، فقد كان بامكانه أن يتحدث عن وضع سعد في القبر بصورة أخرى ليشعر المسلمون بكرامة رسولهم وشفاعته عند ربه، وأن حضوره مع جثمان سعد بتلك الحالة كان سبب راحته وسعادته ولكنه (ص) لم يفعل، وذكر الحقيقة كما هي، وانتصر للمرأة انتصاراً رائعاً ربما لم يكن له مثيل في كل سيرته الشريفة.


كيف تكسب الأصدقاء

قال الإمام زين العابدين يفسر قوله تعالى *"لا يسخر قوم من قوم"* (إياك أن تتكلم بما سبق إلى القلب انكاره، وإن كان عندك اعتذاره، فليس كل ما تسمعه شراً يمكنك أن توسعه عذرا. واجعل من هو أكبر منك بمنزلة الوالد، والصغير بمنزلة الولد، والترب بمنزلة الأخ. فأي هؤلاء تحت أن تهتك ستره، وإن عرض لك الشيطان أن لك فضلاً على غيرك فانظر، إن كان أكبر منك فقل قد سبقني بالإيمان والعمل الصالح فهو خير مني، وإن كان أصغر منك فقل قد سبقته بالمعاصي فهو خير مني، وإن كان تربك فقل أنا على يقين من ذنبي وفي شك من أمره، فما لي أدع يقيني لشكي، وإن رأيت الناس يعظمونك فقل هذا فضل أخذوا به، وإن رأيت منهم جفاءاً فقل هذا لذنب أحدثته، فإن فعلت ذلك سهل عليك عيشك، وكثر أصدقاؤك، وقلّ أعداؤك، وفرحت ببرهم، ولم تأسف على جفاء من جفاك).

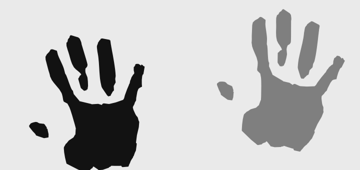
ومهما قال العلماء في هذا الموضوع لن يزيدوا شيئاً على ما انطوت عليه هذه الحكمة الصادرة من ابن الوحي، وسلالة النبوة، ومعدن الرسالة.

حين يأتيه رجل يقول له أن فلاناً ينسبك إلى أنك ضال مبتدع، يقول له: (ما رعيت حق مجالسة هذا الرجل حيث نقلت لنا حديثه، ولا أديت حقي حيث بلغتني عن أخي ما لست أعلمه).










هل تعلمين؟



هل تعلمين

أن منقار الطائر يؤدي وظيفة أسنان الإنسان، وأن الطائر لا يفقد منقاره مثلما يفقد الإنسان أسنانه، وأن نوعية المنقار تحدد نوعية طعام الطائر، وأن هناك من الطيور من يشبه منقارها بقوته وصلابته المنشار الحديدي، فمنها من يحفر الطين، ومنها سيوف لصيد السمك، ومنها مغارف مطاطية تتوسع تحت الماء وتستوعب ١٤ لتراً منه، ومنها ما يذكّر بمصفاة المطبخ وذلك لتصفية الطعام الذي يستخرجه الطائر من الماء؟



هل تعلمين

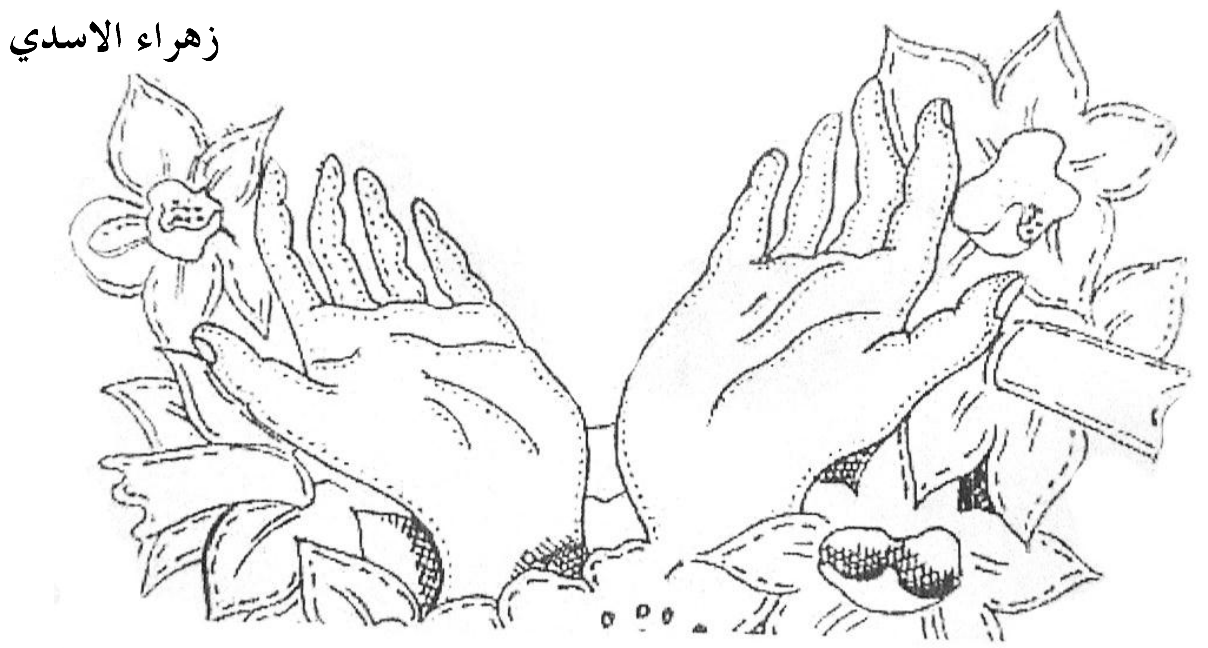
أن النحلة الملكة تضع في كل يوم في فصل الربيع قريباً من ألف إلى أ لفي بيضة، والذي يحير العقول أن هذه الملكة تضع بيوض الملكات في مكان، والذكور في مكان آخر، والأناث في مكان غيره، ليتلقى كل نوع غذاءاً خاصاً، وعناية خاصة كل بحسب حسبه، وكأنها تعرف نوع المولود قبل الولادة؟

هل تعلمين

أن ذرة واحدة من معدن الحديد لا تتكون إلاّ بطاقة هائلة تفوق مجموع الطاقة الشمسية بأربعة اضعاف، أي لا يمكن للحديد أن يتكون داخل المجموعة الشمسية فالشمس نجم ذو حرارة وطاقة غير كافية لدمج عنصر الحديد؟. وهذا ما أشارت إليه الآية (وأنزلنا الحديد فيه بأس شديد).

سلاح المؤمن

زهراء الاسدي



(وإذا سألك عبادي عني فإني قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان..)

الدعاء هو أحد وسائل الارتباط بين العباد والمعبود سبحانه، فالدعاء هو روح كل عبادة وهو مخّها .

فلسفة الدعاء:

جهلة الناس يطلقون أنواع التشكيكات حول مسألة الدعاء فمن ذلك:

١ــ يقولون أنّ الدعاء عامل مخدّر يصرف الإنسان عن الفعالية والنشاط.

٢ــ أنّ الدعاء تدخّل في شؤون الله والله يفعل ما يريد، وفعله منسجم مع مصالحنا فما الداعي إلى الطلب منه؟

٣ــ الدعاء يتعارض مع حالة الإنسان الراضي بقضاء الله المستسلم لإرادته.

هؤلاء يطلقون هذه التشكيكات لجهلهم بالآثار التربوية، والنفسية والاجتماعية للدعاء.

يقول أحد علماء النفس:

" ابتعاد الأمة عن الدعاء يعني سقوط تلك الأمّة، المجتمع الذي قمع في نفسه روح الحاجة إلى الدعاء سوف لا يبقى مصوناً من الفساد والزوال".

هل للدعاء وقت معيّن؟

إنّه من العبث الاكتفاء بالدعاء لدى الصباح وقضاء بقية اليوم كالوحش

الكاسر، لابدّ من مواصلة الدعاء، كي لا يزول أثره العميق من نفس الإنسان.

الذين وصفوا الدعاء بأنّه تخديري لم يفهموا معنى الدعاء. لأنّ الدعاء لا يعني ترك العلل والوسائل الطبيعية واللجوء بدلها إلى الأسباب. وبذل الجهد للوصول إلى المراد، فإذا انسدت أمامنا السبل نحيي الأمل في نفوسنا باللجوء إلى القادر على كلّ شيء، فالدعاء لا يحل محل العوامل الطبيعية.

أثر الدعاء في النفس:

١ــ يبثّ الطمأنينة في النفس.

٢ــ يؤدّي إلى نوع من النشاط الدماغي في الإنسان.

٣ــ يؤدّي إلى انشراح في الباطن، وإلى تصعيد روح البطولة والشجاعة فيه.

٤ــ يقوّي الشخصية ويزيد من الثقة بالنفس والاستعداد للهداية، واستقبال الحوادث بصدر رحب.

وكل هذه الظواهر عطاء عظيم دفين في نفوسنا.

وللرد على من قالوا بأن الدعاء يخالف روح التسليم نقول: هذا غير صحيح لأنّ الداعي يطلب من الله لياقة أكبر للحصول على فيض البارئ، والسعي للتكامل، وكسب مزيد من اللياقة هو عين التسليم أمام قوانين الخليقة، والدعاء نوع من العبادة والخضوع والطاعة.

أمّا القائلون بأنّ الدعاء تدخل في شؤون الإله فهم لا يفهمون أن المواهب الالهية تغدق على الإنسان حسب استعداده وكفاءته ولياقته، قال الإمام الصادق (ع): "إنّ عند الله عزّ وجل منزلة لا تُنال إلاّ بمسألة" (أي بدعاء).

المفهوم الحقيقي للدعاء

(**الدعاء يكون فيما خرج عن دائرة قدرتنا**) والدعاء المستجاب هو ما صدر عند الاضطرار وبعد بذل الجهد والطاقات (أمّن يجيب المضطر إذا دعاه ويكشف السوء).

هذا الطلب من الله بعد أن تعجز طاقات الإنسان عن تنفيذ ما يريد، يجب أن يصدر من جميع وجود الإنسان وعمق خشوعه لا من اللسان فقط، يرتبط القلب والروح وجميع الجوارح بالله، كما تتصل القطرة بالبحر.

قال أمير المؤمنين(ع): "إنّ الله عزّ وجل لا يستجيب دعاءً بظهر قلبٍ لاهٍ".

حديقة الرياحين

اعداد : ابتهال شعبان

وفاء عجيب

عن عائشة قالت: كان رسول الله (ص) لايكاد يخرج من البيت حتى يذكر خديجة، فيحسن الثناء عليها، فذكرها يوماً من الأيام فادركتني الغيرة فقلت: هل كانت إلاّ عجوزاً قد أبدلك الله خيراً منها، فغضب حتى اهتز مقدم شعره من الغضب ثم قال: **لا والله ما أبدلني الله خيراً منها. آمنت بي إذ كفر الناس، وصدقتني إذ كذبني الناس، وواستني في مالها إذ حرمني الناس، ورزقني الله منها الولد إذ حرمني أولاد النساء،** قالت عائشة: فقلت في نفسي لا أذكرها بسيئة أبداً.

حقيقة الافلاس

قال النبي يوماً لأصحابه: (**أتدرون من المفلس؟**)

قالوا المفلس فينا من لا درهم له ولا متاع.

فقال(ص): (**المفلس من أمتي من يأتي يوم القيامة بصلاة وزكاة وصيام، ويأتي وقد شتم هذا، وقذف هذا، وأكل مال هذا، وسفك دم هذا، فيعطى هذا من حسناته،و هذا من حسناته، فإن فنيت حسناته قبل أن يقضي ما عليه أخُذ من خطاياهم فطرحت عليه ثم طرح في النار**).

المراة الغربِية و الحجاب

توجد ميول قوية لدى النساء الغربيات نحو الحجاب الإسلامي المرأة الغربية والحجاب باعتباره مظهر من مظاهر الحرية الإسلامية للمرأة، ولكن المؤسف هو أن المتصدين للأمور الثقافية المنحطة والذين يتبجحون بالدفاع عن الحرية وحقوق المرأة

أحمد هوبرا استاذ جامعي سويسري

يمانعون في تواجد هؤلاء البنات والنسوة في المدارس والمؤسسات والنشاطات الاجتماعية الغربية للحد من ظاهرة الحجاب، وما حصل في فرنسا أوضح شاهد على ذلك .

العشق للقيادة

حين جاءتها الاخبار المحزنة عن معركة أحد، وعلمت أن المسلمين تعرضوا فيها لانتكاسة مزعجة، واستشهد فيها العديد من رجال الإسلام وجنوده المخلصين، كان همها أن تعرف حقيقة وضع الرسول وسلامته من المكروه، وحتى حين بلغها خير استشهاد زوجها وولديها لم يشغلها ذلك عن التفكير في سلامة القائد العزيز، وراحت (سعدى) تبحث في المسلمين العائدين من المعركة عن شخص الرسول الكريم، وحين رأته امتلأ قلبها بالسرور الغامر وقالت وهي تداوي برؤيته السعيدة جروح قلبها (**كل مصاب بعدك جلل**).

الزوجة الليبية

حين أقبل على أم سليم زوجها من بعد سفره كان أول سؤاله، عن حال طفله الذي تركه يعاني من وعكة صحية، فتجيبه إنه نائم وهو أسكن ما كان. وحين يطمئن باله إلى حال وليده يقضي ليلته مع زوجته في أنس كامل. وحين ترى الزوجة الوفية في الصباح أنها أدت حق زوجها في أن لا تسمعه بعد عودته إلا ما يحب، وإلا تريه إلاّ ما يرجو، تخبره أن الوديعة (الطفل) قد استرجعت، وأن الأمانة عادت إلى أهلها.

ويصاب الرجل بالدهشة من هذا الموقف (الفريد) وينطلق بالصبي المسجى الذي مات في يوم عودة أبيه من سفره ليواريه الثرى، وليزور بعد ذلك الرسول، ويحدثه بما جرى من زوجته معه في ليلة إيابه إلى بيته، ليسمع دعاء الرسول لهما (**بارك الله لكما في ليلتكما**).

بطلة كربلاء

سراء النوري

ولدت العقيلة زينب في العام السادس للهجرة في اليوم الخامس من شهر جمادى الأولى.

أبوها أمير المؤمنين علي بن أبي طالب عليه السلام، وأمها فاطمة بضعة رسول الله وسيدة نساء العالمين.

ترعرعت في أحضان النبوة، ونمت في بيت الولاية، ورضعت من ثدي الإيمان والعصمة. فهي فرع تلك الشجرة التي أصلها ثابت وفرعها في السماء تؤتي ثمارها اليانعة في كل حين.

ولدت مع المأساة والألم، وكانت مثالاً للرجال والنساء على السواء في الصبر والصمود.

ولدت زينب مع اليتم إذ ما فتحت عينها حتى فارقت أمها الزهراء ملتحقة بأبيها رسول السماء.

وتكبر زينب في بيت الكرامة مع الألم المضني والمجاهدة والتضحية، وترى مصائب آل بيتها مصيبة تلو أخرى، فمن محنة أبيها المشهودة إلى شهادة أخيها الحسن المجتبى، ثم موقفها العظيم في وقعة الطف مع أخيها الحسين حيث كانت شريكته في نضاله وتضحيته وثورته الخالدة، ولعل من أهم أسباب خلود تلك الثورة التي حفظت دين جدها العظيم هو وجودها في الواقعة، وحملها للواء المسؤولية بعد أخيها، وصيحاتها المدوية في اسماع الجماهير في الكوفة والشام، فقد كانت زينب صدى صرخة الحسين وشعاعها، ومن هنا ندرك سبب اصطحاب الإمام الشهيد أخته البطلة معه في رحلته التاريخية إلى العراق ليلاقي مصرعه ومصرع أهل بيته الكرام بتلك الصورة المروعة التي تحرك الشجن، وتذيب الجوانح، وتعصف بالقلوب. لتبقى العقيلة تقود ركب التحدي والمقاومة وبيدها راية الثورة تدور بها مع آسريها على كل منهل ومحفل، وهي تغتنم كل فرصة لترفع هذه الراية وتطلق صيحتها، وتطرح شعاراتها،

وتستنهض الرأي العام نحو أهداف الثورة وظلامة الثائر، وتعبئ الأمة بالوعي والبصيرة بالواقع الموجود، والواجب الشرعي بالتغيير.

إنها امرأة كالنساء، وهي أم وزوجة وأخت، ولها مشاعر النساء تجاه ذويها، ولكننا نرى زينب في مشاركتها لأخيها في نضاله وجهاده امرأة أخرى، مثالية وقدوة، يقف التاريخ لشموخها اجلالاً واكباراً.

هل رأيت أو سمعت امرأة تشاهد مصرع أولادها وأخوتها وأهل بيتها بأبشع صورة ولكنها لا ترى في ذلك الاّ خيراً ولا تطلب من ربها إلاّ أن يتقبل هذه القرابين؟!

وتقف الثائرة العنيدة أمام جماهير الكوفة في رحلة السبي لتحرك مشاعر الأمة إزاء المأساة، ولعلها كانت في ذلك أهم المحفزات التي دفعت إلى ثورة التوابين بقيادة سليمان بن صرد الخزاعي، وحركت لبقية الثورات التي تلاحقت، وخلقت النفرة العامة من الأمويين، حيث استغل العباسيون ذلك فأسقطوا عرش بني أمية باسم (الرضا من آل محمد).

وحين تقف أمام أجير السلطة الأرعن (عبيد الله بن زياد) في قصره وهو في منتهى كبريائه وغروره تصفعه زينب صفعة تاريخية لم يواجه مثلها في كل حياته، وظلت تلازمه كابوساً لا يفارقه، لقد قالت له (ثكلتك أمك يا ابن مرجانة) حيث عرّفته بأصله المجهول مادام هو ابن زياد الذي لا يعرف من أين أتت به أمه مرجانة فلذلك يقال عنه (زياد ابن أبيه).

وتقف زينب وهي الأسيرة ا لمفجوعة المضطهدة أمام طاغوت زمانها (يزيد) على عرشه وبين أعوانه في الشام لتأسره ومن حوله بخطابها الفريد، وتعلن بكل جرأة أنها تستهين بمخاطبته ومكالمته إذ تقول (وإن جرّت عليّ الدواهي مخاطبتك إني لأستصغر قدرك).

وبعد عودتها إلى المدينة، ومواصلتها دورها في إيصال رسالة أخيها، وحين أحس الأمويون أنها تشعل فتيل الثورة على السلطة، وتحرك الناس باتجاه التغيير من خلال ما تحرك به مشاعرهم ضد الوضع القائم، وحين علموا أن وجودها في مدينة الرسول هو بمثابة البركان الذي ربما ينفجر في أية لحظة، لذلك قرروا إبعادها من هناك، وجعلها تحت المراقبة المباشرة في العاصمة دمشق، (هذا على رواية نقلها إلى الشام)، أو جعلها تحت النظر الدقيق في مصر (على رواية نقلها إلى هناك) بعيداً عن مركز نفوذها المعنوي في المدينة، فالمهم هو أن يتم إبعادها عن جوار جدها حيث أرادت أن تجعله الانطلاقة لحركتها ضد النظام القائم.

من نوادر ما جاء في سيرتها مما يعبر عن حقيقة إيمانها وتوحيدها، أنها كانت يوماً وهي طفلة في حضن أبيها فقال لها وهو يلاطفها (قولي واحد) فقالت واحد، فقال لها قولي اثنين فسكتت، وحين أصرّ عليها أن تتكلم قالت (يا أبتاه ما أطيق أن أقول اثنين بلسان أجريته بالواحد) وامتلأ قلب أبيها بالاعجاب بها فقبلها بين عينيها.

وفي احدى المرات سألت هي أباها (أتحبنا يا أبتاه) ؟ فأجابها (ع): (وكيف لا أحبكم وأنتم ثمرة فؤادي؟). فقالت معلقة على الجواب بنكتة معبرة (يا أبتاه إن الحب لله فقط والشفقة لنا).

وكانت عليها السلام تمتلك نيابة خاصة عن الإمام الحسين لإدارة الأمور الشرعية لاتباع الخط إلى حين شفاء الامام زين العابدين من علته وتصدّيه لدوره ومسؤوليته.

وكانت عليها السلام تروي أحاديث أمها الزهراء وأخبارها، وكانت لديها دروس للنساء في الأحكام والتفسير، وكانت هذه الدروس من زمن خلافة أبيها الامام علي في الكوفة.

وقد شهد لها الامام زين العابدين بأنها امرأة ملهمة، وأن علمها من لطف الله سبحانه ومن مدرسة الوحي التي ينهل منها أهل البيت. قال لها عليه السلام (يا عمة أنت بحمد الله عالمة غير معلمة، وفهِمة غير مفهّمة)

ريحانة المجد

أشرقت زينب من أفق العلاء ... شمس عز وفخار وإباء
ولدت من صلب طه وعلي ... أمها الزهراء نبراس النساء
ونمت في حضن وعي وجهاد ... شيد الدين بفهم ومضاء
كتب الله لها دوراً بهياً ... في ذرى الطف وفي أرج الفداء
بلغت في محفل الخلد مقاماً ... بهر التاريخ أعيى البلغاء
حرة خاضت خطوباً إن ألمت ... بالرواسي جعلتها كالهباء
شاطرت سبط المعالي صنع نهج ... للتحدي في رحاب الكبرياء
رفعت رايته في كل صوب ... أطلقت صرخته ملء الفضاء
كافحت صيّرت القول حراباً ... ركزتها في صدور الأدعياء
سطرت للمجد درساً ليس ينسى ... يلهم الاجيال مفهوم العطاء

فقه المرأة

مسائل في الحيض

دم الحيض من الأمور الطبيعية للنساء وهو الذي يخرج من رحم المرأة الطبيعية في كل شهر مرة. وهو في الغالب قاتم شديد الحمرة يضرب إلى السواد أو أحمر، غليظ، طري، حار، يخرج بقوة وحرقة. وهذه صفات غالبية ترجع إليها في مقام التميز عند الاشتباه. وربما لا توجد هذه الصفات أو بعضها فيه، وربما يكون أصفر أو أكدر كما في أيام العادة.

وليس لكيفية خروج هذا الدم نظام خاص وإن كان له في الشريعة المقدسة أحكام خاصة أو مدة معينة.

والغالب أن يخرج في كل شهر مرة في أيام خاصة وهذا الدم المخصوص يسمى حيضاً. كما أن انقطاعه بالمرة يسمى طهراً فيجب الغسل على المرأة حينئذ.

الشروط العامة لدم الحيض

لكي يكون الدم حيضاً شرعاً أي يجب أن تتوفر فيه الأمور التالية:

أولاً: أن تكون المرأة قد أكملت تسع سنين و لم تتجاوز خمسين سنة، والتسع هو سن البلوغ شرعاً والخمسون سن اليأس، وإذا لم تضبط المرأة عمرها ورأت الدم وهي لا تعلم أنها بلغت سن اليأس أم لا اعتبرت نفسها غير يائس وعملت كما كانت تعمل قبل ذلك، وأما إذا رأت الدم وهي تشك في اكمالها لتسع سنين فإن أدت رؤيتها هذه إلى اليقين بأنها قد أكملت تسع سنين ــ نظراً إلى أن البنت لا ترى دماً عادة قبل التاسعة ــ اعتبرت ذلك الدم حيضاً، وإذا لم يحصل لها اليقين بذلك لم تعتبره حيضاً.

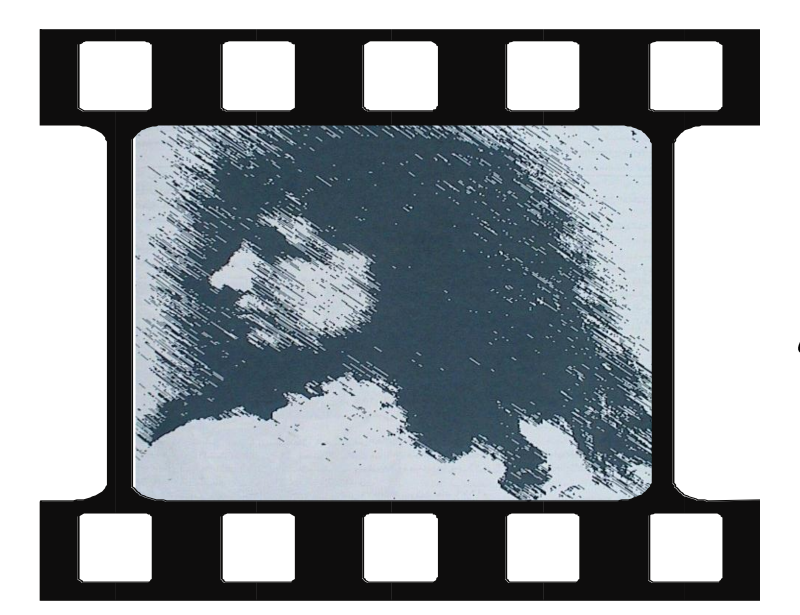
ثانيا: أن يكون الدم مستمراً خلال ثلاثة أيام، ونقصد بذلك ثلاثة نهارات مع الليلة الواقعة عقيب النهار الأول والليلة الواقعة عقيب النهار الثاني، فإذا رأت الدم في أول نهار السبت وجب أن يستمر إلى غروب نهار الاثنين، وكذلك إذا رأته في ليلة السبت، وإذا رأته ظهر السبت وجب أن يستمر إلى ظهر نهار الثلاثاء. ولا يضر بالاستمرار حصول فترات توقف قصيرة إذا لم تتجاوز ما هو المألوف لدى النساء من توقف دم العادة أحياناً.

ثالثاً: أن لا يتجاوز عشرة أيام، فإذا تجاوز عشرة أيام فلا يعتبر كله حيضاً بل قد يعتبر بعضه حيضاً على ما يأتي ، لأن الحيض الشرعي لا يكون أكثر من عشرة أيام.

رابعا: أن تكون المرأة قد مرت بها قبل ذلك فترة طهر وسلامة من دم الحيض لا تقل عن عشرة أيام، فإذا كانت قد حاضت ونقت من حيضها ثم رأت دماً بعد تسعة أيام مثلاً لم يعتبر الدم الجديد حيضاً، لأن فترة الطهر بين حيضتين لا يمكن أن تكون أقصر من عشرة أيام شرعاً.

ونقصد بعشرة أيام عشرة نهارات والليالي التسع الواقعة بين النهار الأول والنهار الأخير منها، كما نقصد بالطهر السلامة من دم الحيض، سواء كانت نقية من الدم بصورة كاملة أو مبتلاة بدم استحاضة.

ولكي يثبت للمرأة حكم الحائض حين يعرضها الدم ضمن الشروط السابقة لابد أن يخرج الدم في بدايته، فلو تحرك الدم من الرحم إلى فضاء الفرج (أي ما اتسع منه) ولم يتجاوزه إلى الخارج فلا يجري عليه حكم من أحكام الحيض وإن طال به أمد المكث، وإذا خرج الدم في البداية كفى ذلك في تحقيق حكم الحيض ولو ظل بعد بذلك في فضاء الفرج، وليس من الضروري لكي يثبت حكم الحيض أن يخرج الدم من الموضع المخصوص، فلو خرج دم الحيض من غيره اعتبرت المرأة حائضاً أيضاً.



معجزة الإرادة

ايمان عبدالرحمن

هيلين كيلر

(لقد كان في قصصهم عبرة لأولي الألباب)

تتمثل معجزة هيلين كيلر في أنها تحدت ظلمات ثلاث، وتلمست طريقها خلالها مستعينة بشمعة الإرادة. فهيلين كيلر التي ملأت الدنيا في زمانها وشغلت الناس، وظلت قصة حياتها إلى يومنا الحالي مصدر إلهام للكثيرين، لم تكن إلاّ فتاة صماء عمياء بكماء، ومع ذلك فقد بلغت من الأهمية أن قال عنها مارك تواين الأديب الأمريكي الساخر: "أهم شخصيتين في القرن العشرين على الإطلاق هما: نابليون وهيلين كيلر".

ولدت هيلين كيلر عام ١٨٨٠م طفلة معافاة سليمة الحواس، ولكن بعدما أتمت عاماً ونصف عام أصابتها حمى شديدة حار الأطباء في نوعها وعجزوا عن علاجها، فلم يجدوا وقد أدركهم اليأس إلاّ أن ينفضّوا سائلين المولى أن يلهم والديها الصبر على فقدانها، ولكن إرادة الحياة كانت جلية في هيلين منذ طفولتها، فلم تمض عدة أيام حتى دبت الحياة في جسد الصغيرة وعادت الحمرة تعلو وجنتيها. ولكن والديها اللذين غمرتهما الفرحة بعودة الروح إلى صغيرتهما لم يدركا أن المرض قد سلبها قبل أن يغادر جسمها الصغير أهم حاستين وهما حاستا السمع والبصر. عاشت هيلين في سنواتها الأولى حياة عشوائية بهيمية لا تفقه من الحياة غير حاجاتها الفطرية، ولم تجد الصغيرة طريقة للتواصل مع الآخرين في عالمها الدامس إلاّ بعض الإيماءات والإشارات البدائية، حتى إذا ما فشلت في التعبير عن نفسها والحصول على رغباتها انتابتها نوبات غضب شديدة، وجنحت إلى البكاء والعويل وتحطيم كل ما يصادف طريقها. ولم تجد أسرتها وقد وجدوا أنفسهم أمام فتاة صعبة المراس أعيتهم الحيل في التعامل معها إلاّ أن يبحثوا عن معلمة تعاونهم في تربيتها وتضيء لها بعض ما أظلم من طريقها. ولم تكن هذه المعلمة إلا "آن سوليفان" المعلمة الرائعة التي أضاءت لها الدياجير المظلمة وفتحت لها الأبواب المغلقة. لم تكن هيلين تدرك أن اليوم الذي التقت فيه معلمتها لأول مرة وهي لّما تبلغ السابعة بعد، سيكون أهم يوم في حياتها كما وصفته لاحقاً. ولم تكن "آن سوليفان" الشابة الصغيرة ذات الواحد وعشرين ربيعاً تتصور أن حياتها سترتبط بحياة تلميذتها منذ ذلك اليوم حتى آخر يوم في حياتها. فمنذ ذلك اليوم بدأت المعلمة محاولاتها الدؤوبة لتعليم هيلين.

كان أول ما لفت نظر المعلمة هو عادات هيلين البدائية ومسلكها العدواني مع الجميع، فقررت المعلمة أن تعلمها قبل كل شيء الطاعة والنظام. ولم تمر فترة بسيطة حتى تحولت هيلين الفتاة المرعبة إلى طفلة وديعة هادئة. وكانت تكتب بإصبعها أسماء الأشياء على كف هيلين وبهذه الطريقة حفظت هيلين هجاء العديد من الأسماء، وإن لم تكن تدرك الصلة بين هذه الأشكال التي ترسمها

والكلمات، أو تدرك الصلة بين الكلمة والفكرة التي تمثلها حتى أتت لحظة التنوير في حياة هيلين والتي سجلتها في كتابها الرائع "قصة حياتي" حيث تقول: ذهبنا إلى البئر وكان هناك شخص يضخ الماء، ووضعت معلمتي يدي تحت المضخة. وبينما كان تيار من الماء البارد ينهمر على إحدى يدي كانت معلمتي تكتب بإصبعها على يدي الأخرى كلمة "الماء" في البداية ببطء ثم بعد ذلك بسرعة، وقفت ساكتة وكل تركيزي منصب على حركة أصابعها وفجأة شعرت بحالة وعي ضبابية لشيء كان منسياً، بالإثارة المصاحبة لفكرة عائدة، وهكذا تكشف أمامي غموض اللغة. وكم كانت فرحة هيلين عظيمة وقد انفتح لها باب العالم الخارجي الذي كان موصداً دونها، ولم تعد إلى البيت إلاّ بعد أن سألت عن اسم كل شيء مرت به. منذ تلك اللحظة بدأت هيلين رحلتها مع المعرفة تلك الرحلة التي لم يكن زادها فيها إلاّ العزيمة والإصرار والإرادة. فتعلمت القراءة بطريقة "بريل" التي أصبحت متعتها المفضلة، وانكبت على الكتب تلتهم ما تقرؤه أصابعها، وعن طريق القراءة تعلمت الكتابة وتمكنت منها بل فاقت في أسلوبها الأدبي أقرانها من المبصرين. عندما سئلت عن سبب غرامها بالكتب أجابت: (لأنها تحدثني عن الكثير من الحقائق الممتعة عن الأشياء التي لا أستطيع مشاهدتها، كما أن الكتب بخلاف الناس لا تتعب ولا تتضايق فتظل تحدثني المرة تلو الأخرى عما أود معرفته)، ثم ما هي إلاّ فترة بسيطة حتى تسمع عن فتاة صماء استطاعت تعلم الكلام فأصرت على المحاولة والخضوع للتجربة، وبذلت العديد من المحاولات المضنية لتعلم المحادثة، وهي الفتاة الصماء التي لم تسمع الكلام فكانت تضع يديها على حنجرة المعلمة وشفتيها حتى تتبين مخارج الحروف. ورغم هذه المحاولات المستميتة فإن كلامها لا يفهمه إلاّ المقربون منها. دخلت هيلين الكلية لتدرس جنباً إلى جنب مع فتيات مبصرات متحدية إعاقتها وجميع من تنبأ بفشلها أو أشفق عليها من مرارة الفشل، لتكون أول عمياء صماء تنال درجة جامعية. وكانت معلمتها الرائعة معها في قاعة المحاضرة تتهجى في يد هيلين بصبر متناه كل ما يقوله الأستاذ المحاضر، وفي المنزل كانت تنقب لها في القواميس عن معاني الكلمات الجديدة، وتقرأ لها مرات عديدة الكتب التي لم تكن مكتوبة بطريقة "بريل".

بلغت هيلين من الثقافة شأواً عظيماً، وكانت إلى جانب ثقافتها الواسعة تتقن أكثر من لغة قراءة وكتابة، فبالإضافة إلى الانجليزية أتقنت الفرنسية والألمانية واللاتينية. وبعد تخرجها دارت هيلين ومعلمتها المخلصة في جميع أنحاء العالم تلقي المحاضرات وتقوم بحملات لجمع التبرعات للجمعيات التي تعنى بفاقدي البصر، وتبصّر العالم بحقوق العميان. وقد لازمتها معلمتها في جولاتها إلى أن توفيت عام ١٩٣٦م. ألفت هيلين العديد من الكتب والمقالات التي نشرت في الصحف والمجلات والدوريات في تلك الأيام، والتقت جميع رؤساء الولايات المتحدة في عهدها، كما التقت بالعديد من الشخصيات المشهورة. ومنحت العديد من الأوسمة. توفيت هيلين عام ١٩٦٨م عن عمر يناهز الثامنة والثمانين لتسطر لها مكاناً بين الخالدين، ولتكون دليلاً ناطقاً على أن إرادة الإنسان أقوى من الألم والمحن وظروف الحياة.

وما أروع كلمتها حين تقول: **(عندما يوصد في وجهنا أحد أبواب السعادة تنفتح لنا العديد من الأبواب الأخرى، لكن مشكلتنا أننا نضيع وقتنا ونحن ننظر بحسرة إلى الباب المغلق ولا نلتفت لما فتح لنا من أبواب).**

رياضة السمنة

عشرة تمارين يمكنك القيام بها للتخفيف من بروز البطن

بروز البطن ذلك العبء الثقيل، يمكنك أن تتخلصي منه بقيامك بهذه التمارين العشرة مع الحرص على تكرارها على الأقل ثلاث مرات يومياً.

١ــ رقود على الأرض ظهراً مع وضع الذراعين جانباً، ترفع الرجلان في عشر عدات ليكوّن الجذع مع الرجلين زاوية قائمة، ويتم تثبيت الرجلين في هذا الوضع لمدة عشر ثوان، ثم تخفض في عشر عدات.. يكرر هذا التمرين عشرين مرة تدريجياً.

٢ــ رقود على الأرض ظهراً مع وضع الذراعين جانباً، يرفع الجذع عن الأرض مع الإمساك بالساقين ورفعهما إلى أعلى ارتفاع ممكن، ثم العودة لوضع البداية ويكرر هذا التمرين ١٥ مرة.

٣ــ الرقود على الظهر مع تشبيك اليدين خلف الرأس مع ثني الركبتين باتجاه الصدر، ترفع الساقان لأعلى ٩٠ درجة مع الجذع تثنى الركبتان باتجاه الصدر مرة أخرى. ثم تمد الساقان إلى الأمام ٤٥ درجة ثم العودة إلى وضع البداية، يكرر هذا التمرين لأعلى وللأمام ١٠ مرات.

٤ــ الرقود على الأرض مع الإبعاد بين قدميك وساقيك مع تشبيك اليدين خلف الرأس وسحب الرأس والكتف إلى أعلى مع محاولة تحقيق ملامسة بين الكوعين مع الحفاظ على هذا الوضع لمدة ١٠ ثوان. ثم العودة إلى الوضع البداية ويكرر ١٠ مرات.

٥ــ الرقود على الأرض ظهراً مع ثني الركبة حتى يقترب الكعبان من الحوض.. وتشبك اليدان خلف الرأس، يتم محاولة الوصول إلى وضع الجلوس ثم العودة إلى وضع البداية.

الغذاء قبل الدواء

الخس

يحتوي نبات الخس على نسبة عالية من فيتامين (أ)

وهو من أكثر الخضروات احتواءاً على فيتامين (اي) المضاد للعقم والخاص بالتناسل، ولتناول الخس يجب فصل الأوراق كلها وغسلها واحدة واحدة ومن ثم وضع ملعقة من الخل به ويترك لمدة ربع ساعة ثم يأكل ما بعد الوجبات أو خلالها أو مع السلاطة.. ومن فوائده:

منشط لحركة الأمعاء، وهو ملين، ويعالج الإمساك، ويدر البول، ويعالج الأرق، ويهدئ الأعصاب، وهو مرطب ومسكن للألم، منق للدم، ويفيد في السعال الديكي، وآلام الطمث، كما أنه يعمل على خفض نسبة السكر في الدم.

يفيد في علاج العشو الليلي، ويحافظ على قوة البصر، ويساعد الغدد الدمعية على أداء وظائفها، مضاد لمرض (البري بري) الناتج عن نقص فيتامين (ب) الموجود في الخس، ويسبب هذا المرض هزال الجسم، والتهاب الأمعاء، وضمور العضلات، يساعد الخس على تقوية ومتانة الشعيرات الدموية.

وعصيره يفيد في تنقية لون الوجه والعمل على صفائه، حيث يدهن الوجه به بعد غسله جيداً بالماء والصابون الذي بدون عطر وتجفيفه جيداً قبل وضع (عصير الخس) عليه، كما أنه يقوي الأعصاب ويهدئها. يصنع منه مستحلب كالآتي: تغلي ليتر ماء، وبعد غليه تضع فيه ما بين ٣٠ و٥٠ غ من ورق الخس، وتتركها تنحل في الماء لمدة (١٥) دقيقة. ينفع شرب هذا المستحلب لجلب النوم، ويهدئ الأعصاب، ويسكن الجهاز التناسلي للرجال، وهو ضد الزيادة في كمية المني، وضد أوجاع المعدة، واضطرابات القلب، وضد احتقان الكبد، والسعال الحاد والسعال الديكي، والنزلة الرئوية. والغسل بهذا المستحلب يفيد في معالجة حب الشباب، والدمل، والتهابات البشرة، والتهاب العين والرمد.



ليس الأسير من اسره الناس، بل الأسير من أسرته شهواته.

افضل وسيلة للتخلص من واجباتك أن تؤديها.

الغضب ريح تهب فتطفئ سراج العقل

البخلاء هم أعظم حراس المال حيث يختنق في خزائنهم لعدم تنفسه هواء الكرم والعطاء، واقترح على هؤلاء أن يغامروا بالنزهة في بستان الجود ليكتشفوا أنهم اغنياء ولكن يتصرفون تصرف الفقراء.

تقولون الوقت يمضي، لا... الوقت يبقى ونحن نمضي.





في ظلال التربية

سؤال وجواب في التربية

ابتهال العدناني

ما هي الأمور التي تؤثر على الأجنة في أرحام الأمهات مدة الحمل حتى لحظة المجيء إلى الدنيا؟ وكيف يمكن للوالدين أن يحافظا على الجنين؟

الجواب: إذا فكر الإنسان في قدرة الخالق المبدع سبحانه إذ خلق هذا الإنسان من نطفة صغيرة فأصبحت علقة ثم صارت مضغة ثم نما العظم ونبت اللحم وتبارك الله أحسن الخالقين.فإنه يجد خلقاً عجيباً داخل خلق عجيب. فالأم كائن حي له من المشاعر والانفعالات والامكانات، والجنين في بطن الأم خلق حي يتأثر بكل ما تتأثر به الأم. فغذاء الأم يؤثر عليه وهكذا الدواء الذي تتعاطاه، والعمل الذي تقوم به، حتى أنه يتأثر بالبيئة والمحيط، ويتأثر بالجو النفسي للعائلة، فالعائلة المستقرة التي تجد الأم فيها الراحة والاستقرار يكون الجنين فيها هادئاً سعيدا بسعادة أمه، هادئا كهدوئها لأنه يتغذى من دم هادئ مستقر.

قال رسول الله(السعيد سعيد في بطن أمه، والشقي شقي في بطن أمه) ، هكذا قال سيد المرسلين يشير إلى الحقائق التي رعف بها العلم من بعد سنين طوال من تجارب ودراسات، أما الجنين الذي يعيش في جو صاخب مضطرب تعمه المشاكل والصراعات كما يحدث في حالات عدم اتفاق الأبوين فإنه سوف يتغذى من هذا الدم الفائر، وتكون النتيجة أنه شقي في بطن أمه، والذي خبث لا يخرج إلا نكدا. وهنا ننبه الآباء والأمهات الذين يتصورون أن الحمل لا يتأثر. إلى أنه يرى ويسمع ويتأثر فعليكم برعايته من أول أيام الحمل. والنقطة الأخرى هي أن الجنين يكسب جل صفاته بطريق الوراثة بل كل الكائنات الحية تحتفظ بخصائصها وصفاتها من أبويها لذلك احتفظ كل نوع من الكائنات بخصائصه وصفاته

ومن هنا **قال الرسول الاعظم:(اختاروا لأبنائكم فإن العرق دساس) وقال (الخال أحد الضجيعين)، وقال(تغربوا ولا تضووا أي تضعفوا)**.

فلا يقال أن هذا سيء الطالع، وذلك سعيد الحظ فنحن نصنع الشقاء ونجلب السعادة لأبنائنا، والاختيار الصحيح للزوج والزوجة، هو سبيل السعادة إلى انشاء جيل سليم ونافع. وعلى العكس تكون النتيجة هي العكس تماما. فشارب الخمر هل يظن أن سيكون مولوده سليماً معافى؟ والأم المصابة بالسكر هل تأمل أن يأتي طفلها صحيح البنية؟ فليست المشكلة في سعادة وشقاء الأبناء هي التربية أو مرحلة ما بعد مجيء الطفل إلى الدنيا بل أنها تبدأ

من مرحلة الحمل، فيجب أن ينتبه الآباء لهذه المرحلة، وأن يعيروها الأهمية الكافية.

إن الصفات الحميدة أو السيئة قد تنتقل إلى الأطفال من آبائهم، فالطفل قد يرث البخل أو الكرم عن أبويه، ولا يقتصر هذا على الإنسان بل حتى على الحيوانات، وان الإسلام يرى أن سلوك الآباء والأمهات له تأثير على سلوك الابناء فهم يرثون الصالح والطالح من آبائهم لذلك نشاهد أن النبي نوحا صرح بهذه الحقيقة قائلاً:(**رب لا تذر على الأرض من الكافرين ديارا. إنك أن تذرهم يضلوا عبادك ولا يلدوا إلا فاجراً كفارا**) فهؤلاء أولاد الكفار سوف يمضون على ما مضى عليه آباوهم من الكفر والضلال.

الأسر المنحطة سوف تنتج الابناء المنحطين، والاسر العالية تنتج الأبناء الشرفاء، مثل الأرض الخصبة والأرض القاحلة.وهنا نذكر بعض الأمور التي على الفرد ان يتجنبها حياطة لهذا المولود الذي يمكن له أن يأتي: منها جنون الأم أو الأب لأن هذا ينتقل إلى الطفل وهكذا الغباء والسفه، وهذا من أقسى الأمراض فالبليد الأحمق يظل طول عمره أسيراً للحرمان العقلي مما يسبب المشاكل لمجتمعه. **قال الصادق** (**اياكم وتزوج الحمقاء فإن صحبتها بلاء وولدها ضياع**). ومنها شرب الخمر: فالنطفة التي تأتي من شاربي الخمر تكون نطفة منحرفة غير مستقيمة فقد ذكرت الدراسات (أن قلة الذكاء واختلال القوة العاقلة تنشأ من المشروبات الروحية.. وأن هناك ارتباطاً قوياً بين استعمال المشروبات الروحية والضعف العقلي).قال رسول الله(من زوج كريمته من شارب الخمر فقد قطع رحمها) **وعن النبي أيضاً** (**شارب الخمر لا يُزوج اذا خطب**) .**وقال الصادق** (**أيما امرأة أطاعت زوجها وهو شارب خمر كان لها من الخطايا بعدد نجوم السماء، وكل مولود يولد منه فهو نجس، ولا يقبل الله منها صرفاً ولا عدلاً**).

يقول أحد العلماء الغربيين وهو الدكتور كاريل (إن سكر الزوج أو الزوجة حين الاتصال الجنسي بينهما يعتبر جريمة عظيمة لأن الأطفال الذين ينشأون في ظروف كهذه يشكون في الغالب من عوارض عصبية ونفسية غير قابلة للعلاج). ونتيجة لهذه الدراسة قامت بعض الولايات الأمريكية بسن قانون خاص لتطهير النسل وهذا القانون يقول بتعقيم الأولاد، من الذكور والأناث الذي أصيبوا بالجنون نتيجة الخمر تفادياً لمجيء النسل من هؤلاء. ومنها تأثير الجو ووضعه على الجنين، فانعقاد النطف في الأجواء التي يعمها الزلزال ، والطوفان، أو تكون عند مقابلة قرص الشمس يؤثر على الجنين وتكامله.

والنتيجة هي أن السعادة والشقاء للطفل في بطن الأم هما على نوعين.

الاول : حتمي لا يقبل التغيير ويلازم الطفل طول عمره ومن هذا النوع الجنون والعمى المتأصل.

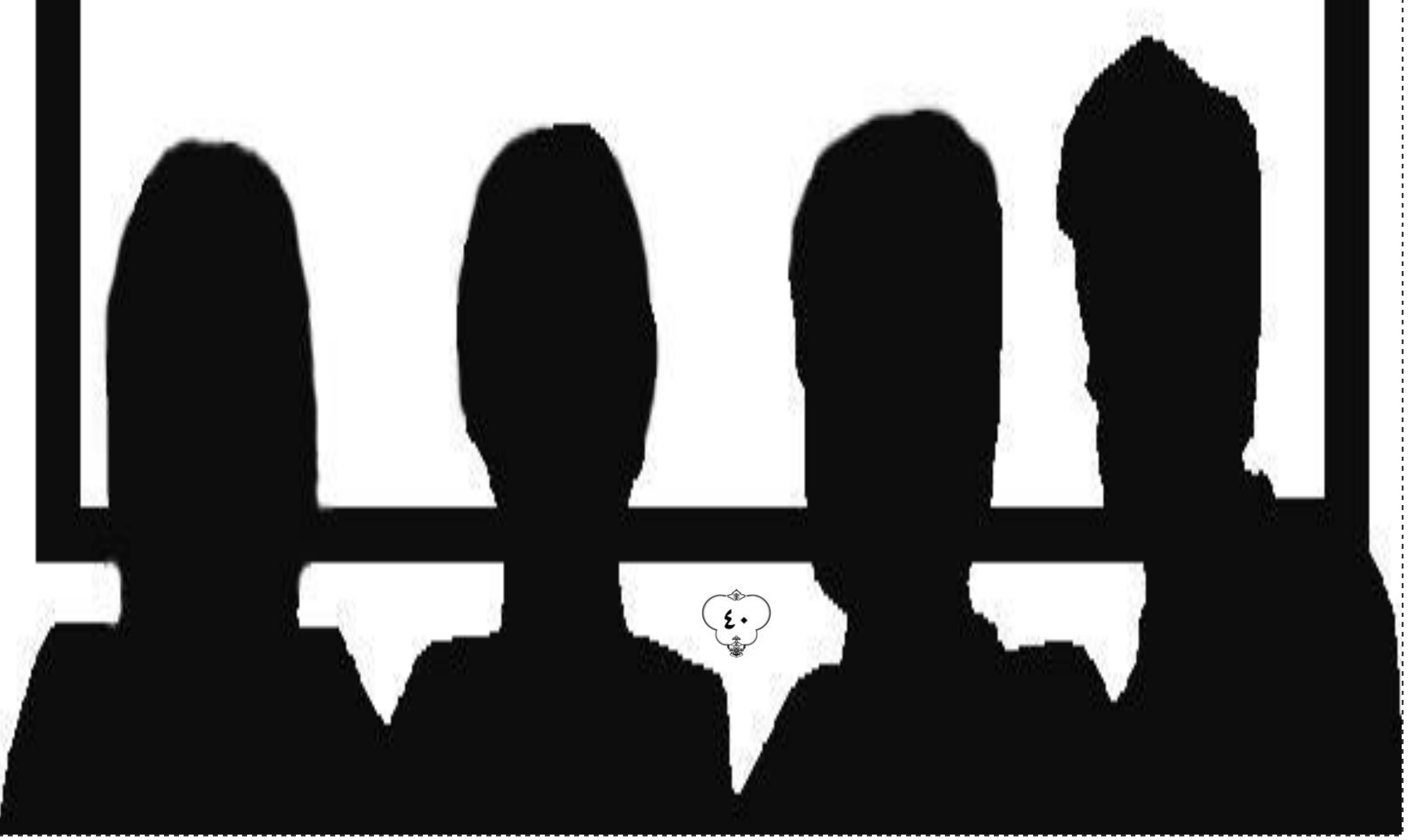
الثاني : غير حتمي وهو باختيارنا ويرتبط بوضع الزوج والزوجة وظروفهما وأخلاقهما وممارساتهما، ويكون الرحم كالمرآة التي تعكس تأثيرات.

غرائب

قرأنا في كتاب **السواك والعناية بالأسنان** للدكتور **عبد الله عبد الرزاق السعيد:**

(لقد كانت طرق تنظيف الأسنان عند غير المسلمين في الماضي شعوذة مضرة وعلاوة على ذلك كانت هنالك أساليب تقشعر منها الأبدان في وقتنا الحاضر من قذارتها إذ كان شائعاً في أوربا المضمضة بالبول لتنظيف الفم ومعالجة أمراضه، علاوة على الوصفات الأخرى مثل مضغ قلب حية أو ثعبان أو فأرة مرة كل شهر لوقاية الأسنان وعلاجها. وكان الدكتور فرنسيسكو دولاهاي (١٦٠٤م) يعالج الأسنان ويقيها من المرض بتعليق جذور الكرفس بالعنق أو حمل سن شخص ميت.)

وجاء في كتاب **تاريخ الطب** للأستاذ **شوكت الشطي** (أن الغربيين في القرون الوسطى أقل تذوقاً للنظافة من الشعوب المتوحشة، ويمكننا إيجاز ما كانوا يعملون لوقاية أسنانهم، من ذلك المضمضة بالبول كما كان شائعاً عند نبيلات الرومان، وكانوا يفضلون البول الآتي من اسبانيا، فإذا لم يتيسر استعاضوا عنه ببول الثيران، وقد كان ذلك شائعاً في القرن السادس عشر).





الإسلام والمرأة

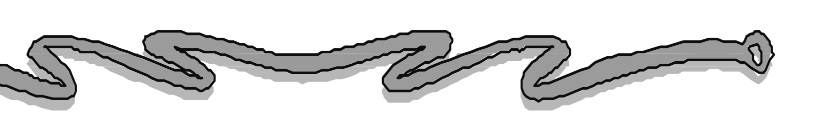
تقى الموسوي

إن الإسلام هو الذي أخرج المرأة من قمقم الحجر، والتوهين، والاستعباد ،وسوء النظرة، والازدراء،والوأد، ووضعها في واجهة التصدي وصنع الأحداث وتغيير وجه التاريخ، وضربها مثلاً للذين آمنوا في الإيمان والصبر، والتحدي، والصمود، ورفع لواء المبدأ الحق رغم كل الصعاب والمحن والشدائد التي قد يضعف أمامها الأشداء من الرجال (ضرب الله مثلاً للذين آمنوا امرأة فرعون.. ومريم ابنة عمران...).

إن هذه الرسالة التي رسخت للتاريخ وللأجيال صورة المرأة التي تريد صنعها على هداها وفي قالبها الخاص من خلال عرض النماذج النسائية الخالدة في خط الرسالات، وابراز الواقع الملموس لهن جنباً إلى جنب اخواهن الرجال خلف رائد الانسانية الرسول الأعظم (ص)، قد رسمت اعجازها المذهل في الهدى والتدبير وتوجيه البشرية بأروع القيم والمثل والأساليب نحو كمالها وخلودها، ورسمت كذلك عنايتها الفائقة بالمرأة التي لم تزل طول المسيرة الانسانية (سقط المتاع)، وملهاة الأهواء والرغبات، وضحية التضييع.

فتحدت تلك الرسالة اعراف البشرية مع المرأة وقوانينها الجاهلية المرسومة لها. وحطمت رأس الاحتقار كما حطمت رؤوس الأصنام، وكما أبدلت الشرك المقيت القاتل بالوحدانية المنجية. أبدلت عادات الجاهلية مع مظلوم التاريخ وأسير القيود (المرأة) فرفعت الظلامة، وكسرت الأغلال، وصنعت ما هو محير للعقول. فعادت المرأة سيد نفسها وريحانة الحياة، وبان فضلها، وظهرت مواهبها وقابلياها حين أزال الإسلام بيده صدأ الأيام التائهة ووحل الاعراف والعادات عن جوهرة الوجود البشري، ونصف المجتمع، وشريك الرجل في صنع المسيرة على هدى الله وفي خطه، ولا عجب فالإسلام كلمة الله لخلافته وإرادته في التغيير، ونبراسه الوضاء، وهو الحقيقة التي تريد خلع الزيف والأوهام والضلالات والحماقات التي يصنعها ضعف الإنسان في حالات جهله وعدوانه فيتحدى بها قانون السماء والعقل والبصيرة، ويسحق بها عزه واستقراره في دار خلافته ومسؤوليته.. إن الشواهد النسائية في مسيرة الرسالة الخاتمة ظاهرة تحير العقول، وتذهل الالباب، فمن القعر السحيق لهوة الاستخفاف وتحطيم الشخصية الذي كانت المرأة تعيش في ظلماته المرعبة في جاهلية العرب والقرون الأوربية الوسطى، وشرائع البشر في أرجاء المعمورة، انتشل الإسلام هذه المخلوقة المستضعفة المسحوقة، ووضعها في الواجهة ، ووصفها أنها (ريحانة)، ونعتها أنها (قارورة)، وأنها أحب الأشياء إلى رسوله الذي قرنها في توجيهاته الرفيعة بالصلاة والعطر والرياحين والقوارير (حبّب إليّ من دنياكم ثلاث، الطيب والنساء وقرة عيني في الصلاة)، وأعطى هذا المنهج العظيم العلاقة المقدسة بها اسم (الميثاق الغليظ) (وأخذن منكم ميثاقاً غليظاً)، وبيّن أن الجنة تحت قدميها (الجنّة تحت أقدام الأمهات)، وأن طلب رضاها بعد طلب رضا الله (ووصينا الإنسان بوالديه حملته أمه وهناً على وهن)، وأنها يجب أن تكون قرين المعروف على كل حال حتى لو كانت على خلاف خط العقيدة (وعاشروهن بالمعروف) (وإن جاهداك على أن تشرك بي ما ليس به علم فلا تطعهما وصاحبهما في الدنيا معروفا).

وأن لا تكلف بما يجهد من الأعمال، وأن العطف عليها باب من أبواب الجنة، وأن الاساءة إليها تؤدي إلى النار، وأنها شريك الرجل في صنع التاريخ، وبناء الحياة، واعلاء أشرف كلمة في الوجود وهي كلمة الله. (والمؤمنون والمؤمنات بعضهم إولياء بعض يأمرون بالمعروف وينهون عن المنكر).



لماذا اعتنقن الإسلام

نافذة تفتحها مجلة (رياحين) على شخصيات نسائية غربية عشقت الإسلام بعد أن اطلعت على مبادئه السامية ومفاهيمه العالية فوجدت فيه خلاصها ونجاتها من شقاوة الضلال والضياع في ظلمات الجاهلية المعاصرة.

تسنيم (سيدة فرنسية):

" ولدتُ وترعرعتُ في وسط كاثوليكي محافظ، وكنتُ أذهب للصلاة في الكنيسة كل اسبوع، وذلك حتى سن الثانية عشرة، وقد التحقت فيما بعد بالآباء الكنسيين، وقد جاورت الكنيسة سنة كاملة حتى السادسة عشرة، كنتُ خلالها أنكبّ على دراسة الانجيل، وكنّا نقوم برحلات جماعيّة من أهدافها التوعية والتوجيه الديني ولكن هذا لم يستمر، لأنّي انقلبتُ على أعقابي وتراجعتُ بعد أن درست الفلسفة، وقد أعجبتُ بـــ"كانت" كثيراً..

ثمّ بدأتُ بدراسة الشيوعيّة وقد طالعت كتب ماركس، ومن ثم فرويد وغيرهما.. وانتهيت إلى فكرة أنّ اليمين واليسار لا يمكن أن يضيئا الطريق أمام الإنسان.

لقد التقيتُ مسلماً في أحد الأيّام، وقد كان الحدث هاماً، وأكثر ما شدّني منه فكرة أنّ هذا الدين روحي وزمنيّ، فهو يعالج القضايا المعاصرة ويطرح حلولاً للمشاكل الاجتماعية، ولا يقتصر في تعاليمه على التوجيه والتوعية، كما هي الحال في المسيحية التي اهتمت بجزء واحد من الإنسان وأهملت الآخر، فأوغلت في "الروحية".

ومن جهة أخرى لاحظتُ أنّ الطبقية الموجودة في المسيحية لا أثر لها في الإسلام الذي يُعتبر دين المساواة، وكم كنت أدهش عندما أجد من المسيحيين من يدّعي الإيمان، رغم تعظيمه الشديد للترف والثراء والإسراف..

بالإضافة إلى ذلك، فإنّ المرأة في الإسلام ذات قيمة ومكانة لاتجدها في المسيحية التي حرّمت على الراهبات الزواج، بينما شرّع الإسلام ما يناقض ذلك، وهذا ما أراه أقرب إلى الواقع والطبيعة البشرية.



اعداد : فاطمة الحسني

الفيتامين (ك):إن فيتامين "ك" ضروري لتجميد الدم، ومنع النزيف، وللإسراع بالتئام الجروح، وسرعة تخثر الدم تعرف مباشرة بالنسبة لكمية فيتامين "ك" الموجودة في الجسم.إن أغنى المصادر بهذا الفيتامين هي: الأوراق الخضر في النباتات مثل: الملفوف والاسفاناخ، والقنبيط، والجزر.وبما أن هذا الفيتامين لا يبلى بالحرارة أو بالأوكسجين؛ فإنه يوجد في الأغذية المطبوخة بمقدار ما يوجد في الأغذية النيئة، ويوجد بكثرة في سوق الخضراوات وأوراقها وجذورهاـــ وهي التي يهملها الناس ويلقون بها في سلة المهملات مع الأسف!..وهناك مصدر ثمين لهذا الفيتامين يوجد في داخل الجسم هو الجراثيم النافعة التي تعيش في الإمعاء، ويمكن تعزيزها ودعم فعاليتها بتناول اللبن الرائب كل يوم.

وإذا حدث أن الأدوية من أنواع السلفاميد أو المضادات الحيوية "الانتي بيوتيك" ـــ مثل البنسلين أو الستربتوميسين ـــ عزلت هذا الفيتامين، فإن دوره يضعف، وتطرأ بعض حالات من النزيف الداخلي والخارجي دفعة واحدة بعد استعمال هذه العلاجات.

إن فيتامين "ك" هو مثل فيتامينات "أ" و "ج" يذوب حالاً في المواد الدهنية؛ ولا يجتاز جدران الامعاء إلاّ محمولاً على أملاح الصفاء التي تفرزها المرارة. ورغم أنه لم يعرف أصل هذا الفيتامين، فالظاهر أن له علاقة بالمرارة، إذ ثبت أن نقصه في الجسم يجعل إفراز المرارة غير طبيعي.إن الأطفال الذين يولدون من أمهات مفتقرات إلى فيتامين "ك" يكونون عرضة للنزيف الذي يكون السبب في وفيات كثير منهم، وهذا النزيف يؤثر في حياة الطفل، وقد يترك في جسمه شللاً ارتجافياً مع حركات عضلية مشوشة، وإذا أعطيت الأم من فيتامين "ك" قبل الولادة بساعات فإن الطفل ينجو من خطر النزيف الذي قد يعقبه الشلل أو الموت..

دعي طفلك يتكلّم!

إذا ابدى طفلك رغبة بالتكلّم إليك، أتركي كل شيء وانصتي إليه، لا تقولي له: لا وقت لديّ! وإذا كان ما تقومين به هو فعلاً غير قابل للتأجيل، صارحي طفلك بذلك وقولي له: أنا حاضرة ولكن انتظرني لبعض الوقت لكي أنجز هذا العمل المهم! **لكن إياك ثم إياك أن تردعيه عن الكلام وعن التعبير عن آرائه وأفكاره ومشاعره**، وكذلك انصتي إليه إذا وجد في مجتمع أكثريته من الكبار وأراد أن يبدي رأياً، لا تستخفي أبداً بكلامه ولا تنهريه، طبعاً إذا لم يتجاوز حدود اللياقة والتهذيب!

إن الدراسات المستفيضة في علم النفس دلّت على أن الأطفال الذين يعانون من العزلة والانطواء على النفس والذين يعوزهم الاتزان والثقة بالنفس قد نشأوا في وسط أو في بيوت لا تشجّع الأطفال على الكلام.

لذلك شجّعي طفلك على التعبير عما يدور في خلده مهما كان الكلام الذي يتفوّه به عادياً أو سطحياً، هذا هو كلامه، وهذا ما يجب أن يُحترم عليه وأن يعطى الفرصة ليصححه وليعدّل من أفكاره ومن طروحاته. إن الفكرة لا تتضح إلاّ إذا تمّ التعبير عنها، ويشجّع علم النفس الحديث الأطفال على الكلام الشفهي وعلى البوح بمشاعرهم، لأنهم بذلك يحققون الثقة بأهميتهم في نظر الآخرين، كما أنهم يتعودون على إبداء الرأي في القضايا الخاصة والعامة أيضاً، وهذا ما يؤسس لشخصية متوازنة واثقة من نفسها.. وهذا ما تسعين إليه أنت وكل أم أيضاً.



سوتلانا وموت استالين

ترجمة و تعليق : بشرى حسين

تتحدث **سوتلانا** في كتابها (**عشرون رسالة إلى صديق**) عن آخر لحظات والدها (ستالين) في مشهد الموت فتقول (**لقد كان موته مرعباً، كنا نرى أنفاسه تتقطع، ويعجز عن مواصلتها وفجأة وفي اللحظة الأخيرة فتح عينيه، وحدّق في الحاضرين عنده في الغرفة، كانت نظرته مفزعة، لقد كان يبدو قلقاً، أو غاضباً ومليئاً بالخوف من الموت، ثم وقع منه ما لم يكن في الحسبان وهو ما لم أنسه ولم أفهم مغزاه لحد الآن، لقد رفع يده اليسرى فجأة وأشار إلى شيء في الأعلى وأدار بصره إلينا في إشارة غير ممكنة الفهم والتفسير ومليئة بالتهديد**).

تعليق: أليست هذه الشهادة تصديقاً غير مقصود من سوتلانا للبينات القرآنية الصريحة الواضحة حول عالم الموت والاحتضار وهو بداية الورود في عالم البرزخ حيث يعاين المجرم ملائكة العذاب بنظر حديد قوي يبصر به مالا يبصره غيره (**فكشفنا عنك غطاءك فبصرك اليوم حديد**). (**ولو ترى إذ الظالمون في غمرات الموت والملائكة باسطوا أيديهم أخرجوا أنفسكم اليوم تجزون عذاب الهون بما كنتم تقولون على الله غير الحق وكنتم عن آياته تستكبرون**).

وهل يعني رفع ستالين يده اليسرى إلى الأعلى وبتلك الصورة التي قصّتها ابنته إلاّ التطبيق العملي للقضية التي أكّد القرآن عليها، وهي أن المجرم يأخذ كتاب أعماله بيده اليسرى ليكون في أصحاب الشمال (**فأمّا من أوتي كتابه بشماله فيقول يا ليتني لم أوت كتابيه. ولم أدر ما حسابيه. يا ليتها كانت القاضية. هلك عني سلطانيه**).

الكشكول

القراءة و القارئون

سوزان عليوان

اول كلمة انزلت في القران الكريم هي كلمة (اقرأ)

كيف اذن وصل العالم العربي الى زمن انقراض القراءة؟

انها ظاهرة خطيرة تدعو للتساؤل و الاسف. هناك مثل فرنسي قديم يقول (نصف الكتب لا تنشر و نصف الكتب التي تنشر لا تباع، و نصف الكتب التي تباع لا تقرا ، و نصف الكتب التي تقرا لا تفهم، و نصف الكتب التي تفهم يساء فهمها) . و رغم ان هذا المثل الحكيم ينطبق بشكل عام على كل مكان وزمان الا انه ينطبق تماما على اللحظة الراهنة في العالم العربي

الكتاب يشتكون من وحدة اعمالهم و لا جدوى لمحاولاتهم في مد جسر بينهم و بين بقية البشر .

دور النشر الهادفة تخسر

الكتب يعلوها الغبار على رفوف المكتبات، و الناس القراء (المفترضون) منشغلون بمجلات النميمة ذات التوزيع العالي و التلفزيون و المحطات الفضائية التي لا ينقطع عنها الاتصال ولاتفه الاسباب كسوال مذيعه: عن سبب تالقها و الاجابة الحقيقية (اكوام المساحيق) وان حدث واشترى احدهم كتابا، فاما هو عن الابراج او عن فضائح الفنانين، هذا هو الواقع المشين الذي وصل اليه من انزل الله عليهم كلمة اقرأ

طبعا هناك من يشتري الكتب القيمة الممتعة والمفيدة و يمكننا ان نقسم هذه الاقلية الى حزبين الوجهاء الذين يشترون الكتب و لا يقرأونها، ومنهم مثقفون يدعون الثقافة و نيل الكتابة و هم قلة نادرة جدا.

٢٥٠ميليون طفل ما هو مستقبلهم ؟

من المشكلات الاساسية التي نواجهها هي مشكلة الطفل الذي تضطره ظروف الاسرة ، و قلة ذات اليد — الى العمل في السوق او الحرف المتنوعة

و هذا معناه ترك الدراسة و التسيب في الشوارع و الاسواق مما يجعل الطفل يتعلم ما لا يجب عليه ان يتعلمه في هذه السن و يترك ما يجب عليه تعلمه اذ ان من يقوم على تربيته و هو في امس حاجة الى التعديل و التقويم والتنمية ، هو الشارع والمستغلون ممن لا ضمير لهم ولا وجدان.

الوصفات الطبيعية للبشرة

الوصفات الطبيعة تحمل خبرة مئات السنين بحثا عن الجمال و نحن نقدم لك هذه الوصفة البسيطة و بعيدا عن المواد الكيماوية لتحقيق النضارة في وقت قصير جدا .

١ – ملعقة و نصف من اللبن الرائب .

٢ – ملقعة عسل نحل .

يتم مزج المكونات جيدا حتى تصبح خليطا متماسكا ثم يوضع هذا الخليط على الوجه حتى يجف . تتم ازالته بعد نصف ساعة و يمسح الوجه بماء الورد لترطيبه وتلطيف البشرة .

بعد قضاء يوم عمل شاق وخاصة من يتعرض لاشعة الشمس ينصح بوضع هذا المستحضر لمدة ٢٠ دقيقة على الوجه .

طريقة عمل الموطا

المواد اللازمة

١- **حليب** لتر واحد

٢- **صفار** اربع **بيضات**

٣- **سكر** ٤ ملاعق طعام

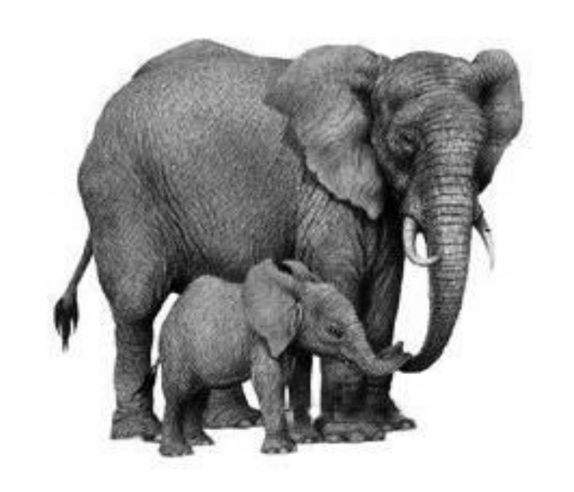
٤- **فانيلا** نصف ملعقة شاي

طريقة التحضير

يخلط صفار البيض و السكر و الفانيلا و يخفق جيدا حتى يصبح ابيض وغليظا ثم نقوم بتدفئة الحليب وبعد ذلك نضع فيه المواد السابقة ونقوم بمزجها حتى تتماسك ونضعها في المجمد ثم نخرجها ثانية، ونقوم بخفقها ونكرر هذه العملية ثلاث مرات. و هذه طريقة سهلة و صحية و لا تكلف من المال الا القليل .

طرائف

كان احد الحمقى يسوق عشرة حمير فركب واحدا منها و عدها فاذا هي تسعة حمير، فنزل و عدها فاذا هي عشرة ، فقال امشي و اربح حمارا خيرا من ان اركب و اخسر حمارا.

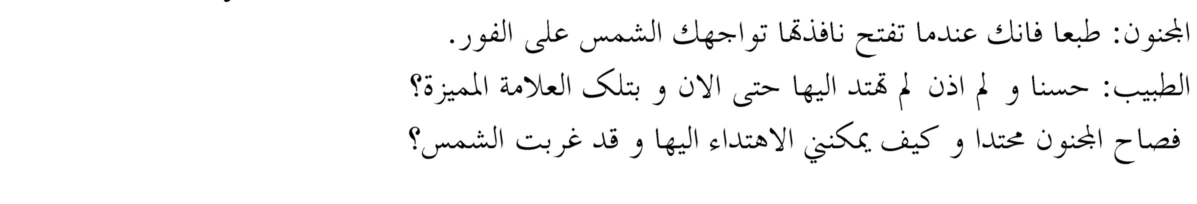


صاحب حديقة الحيوان للطفل: ابتعد عن الفيل.

الطفل: لماذا انني لا اوذيه مطلقا .

في امتحان اختبار المعلومات جرى هذا الحوار بين اثنين من المجانين الاول: لماذا سمي البحر الاسود بهذا الاسم؟

الثاني: لانه حزين على البحر الميت.



راح احد المجانين يدور داخل مبنى الاقامة كانه يبحث عن شيء ما،

فاقترب منه الطبيب و ساله :

ما الذي تبحث عنه ؟

المجنون: ابحث عن جدتي.

الطبيب: و ما هو رقمها ؟

المجنون :لا ادري .

الطبيب :اليس لها علامة مميزة؟

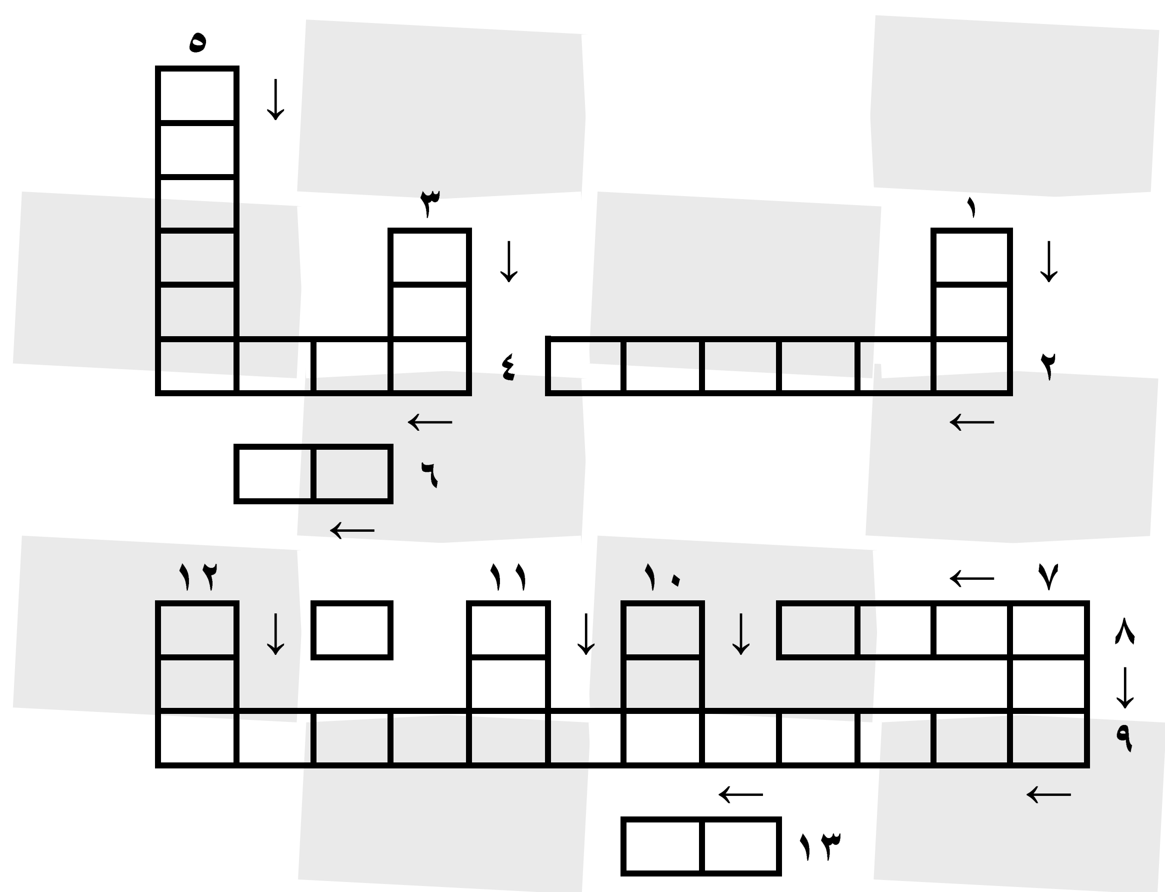
المجنون: طبعا فانك عندما تفتح نافذتها تواجهك الشمس على الفور.

الطبيب: حسنا و لم اذن لم تهتد اليها حتى الان و بتلك العلامة المميزة؟

فصاح المجنون محتدا و كيف يمكنني الاهتداء اليها و قد غربت الشمس؟

عاد بعضهم **نحوياً، فقال** له ما الذي تشكوه؟ **قال** : حمّى جاثية ، نارها حامية ، منها الأعضاء واهية، و العظام بالية، **فقال له:** لا شفاك الله بعافية، يا ليتها كانت القاضية.





١ـــ وسيلة للمعرفة نزلت سورة من القرآن باسمه.

٢ـــ جمع لكلمة تطلق على المكان العبادي الذي نادت فيه الملائكة زكريا.

٣ـــ كلمة تطلق على شرف الإنسان وما يصونه من نفسه وحسبه والذي إذا قتل دفاعاً عنه مات شهيداً.

٤ـــ صفة مسجد بني في عهد الرسول لأجل التجسس على المسلمين وإيجاد الفتنة بينهم وقد أمر الرسول باحراقه.

٥ـــ كلمة تطلق على الإنسان في حالة الموت.

٦ـــ كلمة من حرفين تطلق على الأب الأكبر وعلى الحظ والشأن.

٧ـــ كلمة تطلق على اللباس الشرعي للمرأة

٨ـــ فعل ماضي لما يفعله سائق الإبل.

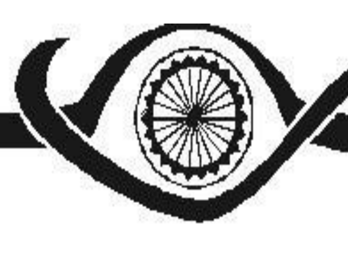
٩ـــ نص الرواية المشهورة التي أخذ منها اسم هذه المجلة وفيها يصف الرسول المرأة بنبتة طيبة.

١٠ـــ صفة تطلق على الكريمة من النساء.

١١ـــ اسم باب مدينة علم الرسول.

١٢ـــ أصغر موجود ولكنه الأخطر إذا تم تفجيره

١٣ـــ اسم عمل عبادي من فروع الدين يؤدى مرة واحدة في العمر عند القدرة.



لغة الضاد

اللام الشمسية واللام القمرية

قال الله تعالى في كتابه الكريم:

((الرحمن. علّم القرآن. خلق الإنسان. علّمه البيان. الشمس والقمر بحسبان. والنجم والشجر يسجدان. والسماء رفعها ووضع الميزان. ألاّ تطغوا في الميزان))

وعن النبي (ص) قوله: "**أما الحياء فيتشعب منه... اللين والرأفة والمراقبة لله في السر والعلانية، والسلامة واجتناب الشر والبشاشة والسماحة والظفر وحسن الثناء على المرء في الناس**")

الشرح: ١ــ لاحظي هذه الكلمات جيداً:

الرّحمن ــ الشّمس ــ النجم ــ الشجرــ السماء ــ اللين ــ الرأفة ــ السر ــ الظفرــ الثناء. تجدي أنها أسماء مبدوءة ب(ال)، وأنّ اللام فيها لا يُنطق بها. فإذا قرأت الكلمات: (الشّمس ــ السّماء ــ الرأفة) تُسقطين اللام من لفظك وكأنّك تقولين (أشّمس ــ أسّماء ــ أرّأفة)، والحروف الواقعة بعد اللام في هذه الكلمات تجدينها مشدّدة.

ويسمّى اللام في مثل هذه الكلمات ب(اللام الشمسية) نسبة إلى كلمة (الشمس)، وهي لام لا يُنطق بها، ويستعاض عنها عند لفظها بتشديد الحرف الذي يأتي بعدها، ونُسمّي الحرف المشدد الذي بعد هذه اللام (حرفاً شمسياً).

والحروف الشمسية هي:ت،ث،د،ذ،ر، ز،س،ش،ص،ض،ط،ظ،ل،ن، = ١٤ حرفاً.

٢ــ وإذا لاحظت هذه الكلمات: القرآن ــ الإنسان ــ البيان ــ القمر ــ الميزان ــ الحياء ــ العلانية ــ المرء، تجدها أسماء مسبوقة ب (آل)، وأنّ (اللام) فيها يُنطق بها ساكنة، ولا يُشدّد الحرف الذي يأتي بعدها.

ونسّمي هذه الّلام ب (اللام القمرية) نسبة إلى كلمة (القمر)، ويسمّى الحرف الذي يليها مباشرة (حرفاً قمرياً).

والحروف القمرية هي: أ، ب، ج، ح، خ، ع، غ، ف، ق، ك، م، هــ، و، ي، = ١٤ حرفاً، وقد جمعت في هذا القول: (**إبْغِ حَجّك وخَف عقيمَه**).

إذا كان الإسم مبدوءاً بلام في الأصل، ثمّ دخلت عليه (اَلْ) يصبح ذا لامين نحو: ليل + ال ــ اللّيل. فإذا دخلت عليه ــ بعد ذلك ــ اللامُ المكسورة، أو المفتوحة ــ أي لام الاستغاثة له ــ تجتمع بدخولها ثلاث لامات. وتجنّباً لذلك، تدغم لام التعريف في اللام الأصليّة، ويُعوّض عنها بالشدّة التي توضع فوق اللام الثانية، كما تحذف (ألف) لام التعريف، نحو:

لَيل + اَل + لِ ــ لِلّيل (للّيل سواد دامس).

لَبن + اَل + لِ ــ لِلّبن (لِلّبن فوائد جمّة وطعم لذيذ).

لُغة + اَل + لِ ــ لِلّغة (لِلّغة أثر كبير في إيصال أفكار الإنسان ومشاعره).

كذلك الحال في اسم الموصول الذي يبتدئ بلامين، فتحذف إحدى اللامين مع همزة الوصل لفظاً و كتابةً، مثل:

اللّذان_ اللّذين _ اللّتان _ اللّتين _ اللّاتي _ اللاّء _ اللّواتي .

وأمّا: الذي _ التي _ الذين، فتُكتب بلامٍ واحدة لاشتهارها بذلك.